



# Level Up Study Guide

for Dental Hygienist



# LEVEL UP!

歯科衛生士のためのレベルアップ・スタディーガイド

山崎瑞穂 著



DH Pro School  
公式テキスト

# Level Up Study Guide

for Dental Hygienist

## 歯科衛生士のための レベルアップ・スタディーガイド

DH Pro School  
歯科衛生士 山崎 瑞穂  
*Mizuho Yamasaki*

# S R P

# LEVEL UP!



## プロローグ prologue

歯科衛生士になって24年(2020年時点)が経ちました。学生時代を振り返ると今の自分をとても想像できません。

今までの歯科衛生士人生でいつも前向きに振る舞ってきた

勉強意欲とやる気をくれたのは患者さまでした。

「絶対に治せる歯科衛生士になりたい!」このスイッチが入ったからこそ私は変わることができたのだと思います。技術を習得したいという思いであらゆるセミナーを受講しました。

歯科衛生士の行うSRPは暗視下のため指先の感覚がとても大事です。ガチガチの固い手、指では患者さまに痛みを与えてしまいかねず、優しく柔らかくしなやかな手に変えていかなくてはなりません。道具の管理からメンテナンスまで、まさに職人といえると思います。

技術を習得するには様々な訓練が必要です。ある期間集中的に修行、トレーニングをする必要があります。習得するまでには悩みますが、それを乗り越え技術が身に付き臨床力が備わる

とめきめきと上達していき、患者さまの口腔内にきちんと反映されていきます。

フリーランスという職業柄、多くの歯科衛生士の臨床を診ますが、洗練された歯科衛生士が行う歯周治療後は歯肉が鍛えられ美しく育ち、長期管理できている光景をみると感動すら覚えます。臨床は結果を出さないといけないのです。自己研鑽の積み重ねは自分のためだけでなく、患者さまのため、勤務先歯科医院のため、歯科業界、そして社会貢献にも繋がると思います。人間は人のお役に立てることが一番のモチベーションになり幸福感が得られ喜びや「やりがい」に繋がります。

今現在の私の目標は、歯科衛生士として“生涯現役”です。そのためには私自身が心技の修養に努めること、知識を高め、品性を磨いていくことが大事だと痛感しています。常にニコニコ笑顔でいられるよう柔軟な考え方で生きていきたいです。そして今、悩まれている歯科衛生士の少しでもお役に立ちたい。そんな思いでDH Pro.スクールは誕生しました。



**DH Pro.セミナー** の理念(クレド)は「心(真、芯)から本物になる」  
**DH Pro.スクール**

**Professional (プロフェッショナル) な歯科衛生士の育成**

**Prosperity (発展) 勤務先、患者さまに貢献することで社会にご恩返りする誰からも(患者さま、スタッフ、院長)愛される歯科衛生士になる誠実であり続ける**

DH Pro.スクールはスケーラーを使いこなせる歯科衛生士を育成します。ハンドスケーラーを切れる様に常に管理しておくことは有効かつスムーズな除石に繋がるだけでなく、患者さまに負担をかけないオーバーインスツルメンテーションを防ぐこともできます。使える手を丁寧に作り、手先の器用さを養うことで歯科衛生士としての自信に繋げ、歯科衛生士業務全般の底上げができることを願います。また、これからの日本の健康を支える歯科医療職として歯科衛生士の活躍が益々期待されていくからこそ、高いレベルの技術を貴院の患者さまにご提供できるよう取り組んでいきたいと思っています。

スキルアップを充実した臨床へ繋げ「シャープニング・SRPが楽しくなってきました!」と思って頂けるよう全力でサポートいたします。どうぞよろしくお願い致します。

教科書のようなものではなく、私の20年の臨床で学んできたこと、あらゆる研修を受け、患者さまから学び、の繰り返しで得た情報をこの本に詰め込みました。わかりやすいように写真を大きめに最善と思うことを掲載しています。今後も臨床現場に立つ者として、指導者として進化し続けていきたいと思っています。

2020年11月 山崎 瑞穂



# 歯科衛生士のための レベルアップ・スタディーガイド

## 目次

### プロローグ

#### 第1章 歯周基本治療・プローピング

- ①歯周基本治療……………3
- ②セルフケアについて……………4
- ③プローピングにこだわろう……………6
- ④プローブを基本セットに組み入れよう……………6
- ⑤患者さまに痛みを与えないためのコツ……………7
- ⑥探知にもこだわってみよう……………9

#### 第2章 スケーラーについて

- ①スケーラーの歴史を知ろう……………13
- ②スケーラーの基本構造……………14
- ③器具の持ち方……………17

#### 第3章 シャープニング

- ①ストーンの特徴……………27
- ②シャープニング・大事な4つのポイント……………28
- ③テストスティック・ストーンの持ち方……………32
- ④シャープニングの順序……………37
- ⑤変形したスケーラーの修正方法……………43
- ⑥シャープニングのまとめ……………46

#### 第4章 SRP (スケーリング・ルートプレーニング)

- ①SRPを行う上でおさえておきたいポイント……………49
- ②4つのストローク……………49
- ③SRPを行うタイミング……………53
- ④SRPを行う上で大切なこと……………55
- ⑤SRPの注意点……………56

#### 第5章 超音波スケーリング

- ①超音波スケーラーの特徴……………62
- ②チップの当て方……………63
- ③ペリオモードを活かす……………63
- ④ハンドスケーラーの併用とバランス……………64

#### 第6章 マネキントレーニング

- ①マネキントレーニングを始める前に  
おさえておきたいポイント……………69
- ②SRP時の基本動作……………71
- ③SRPマニュアル(A)～(L)……………72
- ④歯の解剖学的特徴と理解……………99

#### 第7章 ケースプレゼンテーション

- ①症例作成の前に、症例作成のポイント、発表において……………103
- ②医療面接と問診……………103
- ③表紙……………109
- ④患者紹介……………109
- ⑤初診時口腔内写真……………110
- ⑥初診時歯周精密検査表……………111
- ⑦全顎X線写真……………111
- ⑧診断 (リスク診断も) ……112
- ⑨リスクファクターと対処法……………112
- ⑩治療計画……………113
- ⑪治療経過……………113
- ⑫再評価  
(口腔内写真、歯周組織検査、X線写真検査) ……113
- ⑬再評価後 比較と経過……………115
- ⑭結果……………116
- ⑮考察・まとめ……………116
- ⑯”インプット”と”アウトプット”の関係性……………118
- ⑰歯周治療の基本的な流れ……………119

#### 第8章 参考資料

- ①歯周病治療を成功に導くための9か条……………123
- ②ライフステージの特徴……………124
- ③Dental Staff Mirai Project News コラム……………128
- ④プレゼンスマネジメント……………134

### エピローグ

## 第1章 歯周基本治療 プローピング



- ①歯周基本治療
- ②プローピングにこだわろう
- ③プローブを基本セットに組み入れよう
- ④患者さまに痛みを与えないためのコツ
- ⑤探知にもこだわってみよう

## エピローグ epilogue



近年、予防歯科の大切さがマスメディアで取り沙汰されるようになり、ますます予防へ邁進していくと考えられます。メディアを通じて理解を深め、情報を得た患者さまは目的意識を持って歯科へ来院するようになり、「本物を見抜く力」が養われていくことはとても良い傾向であると思います。

予防という観点は、口腔内のみならず全身への健康意識向上にも繋がり、歯科衛生士に求められることも増え、歯科衛生士人生が色濃く深く、より素晴らしいものになっていきます。「患者さまの利益とは何か?」「本物とは何か?」そのために、「私たち、歯科衛生士に何ができるのか?」どんなお手伝いできるのか?」…おこがましいですが毎日のように考えています。炎症のコントロールは感染源の除去を徹底的に行い、病気を治し、健康に導いていくことだと思いますが、そもそもなぜ病気になったのか?ただ治すだけでなく、患者さん自身が病気になったという事実に向き合えるよう気付いて頂くためにサポートすることが大切であり、病気になった生活習慣を見つめ直し、生活改善していかないとはいけません。「治せる歯科衛生士」を目指すためには、「知識」「技術」「人間力」どれも欠けてはいけないと臨床経験を積むにつれ、その思いは強くなる一方です。

患者さまへ行動変容を求めるだけでなく、一人一人に対応や言葉掛けを変えながら、寄り添うこと。そして知識、技術、人間力すべてを高め続けていく努力をしていきたい。そして、それらを一人でも多くの方に、「歯科衛生士の素晴らしさ」を伝え続けていきたいと思っています。

歯科衛生士になって20数年、様々な転機がありました。ご縁と人との出会いによって少しずつ歯科衛生士の仕事にのめり込むようになりました。今まで出会って下さった全ての皆様、いつも支えてくれるDH Pro.セミナー講師・スタッフに心から感謝しています。これからもどうぞ宜しくお願い申し上げます。

### 最後に

本書を執筆するにあたり、木村秀仁先生(岡山県保険医協会歯科部会長)より「DH Pro.セミナー」の講師依頼を頂いた当初から、準備、計画、執筆をして参りました。プライベートで産休育休時期と重なったことが功を奏し、本書と向き合うことができました。DHPro.セミナーの受講生や参加医院の院長先生を第一に考え、常に建設的なアドバイスを下さる木村秀仁先生をはじめ、岡山県保険医協会歯科部会の役員の方、事務局の皆様にご場をお借りしまして深く御礼申し上げます。

山崎 瑞穂

### 著者略歴

1997 岡山歯科衛生専門学校(現)朝日医療大学卒業  
2007 スウェーデン イエテボリ大学研修 NPO日本歯周病学会 認定歯科衛生士取得  
2010 フリーランス歯科衛生士 MIZUHOスタイル開設  
2014 スタディグループ母の会発足

2016 岡山県保険医協会 主催 「DH Pro.セミナー」開講  
同年 MIZUHOスタイル主催 「DH Pro.School」アドバンスコース開講  
同年 日本医療減菌機器学会第二種減菌技士取得  
2017 香川県保険医協会 主催 「DH Pro.School」開講

2018 株式会社DH Pro.School設立 NPO日本臨床歯周病学会 認定歯科衛生士取得  
2019 フィンランド、スウェーデン研修  
所属 日本歯周病学会 日本臨床歯周病学会 日本医療機器学会 日本歯科衛生士会 日本ヘルス歯科学会 歯科衛生士スタディグループ母の会

### 参考文献

- (1)特定非営利活動法人日本歯周病学会, 歯周病と全身の健康, 第1版, 医歯薬出版株式会社, 東京, 2016, 88-91.
- (2)Taylor GW, Burt BA, Becker MP, Genco RJ, Shlossman M, Knowler WC, Pettitt DJ:Severe Periodontitis and risk for poor glycemic control in patients with non-insulin-dependent diabetes mellitus. J Periodontol, 67:1085-1093, 1996.
- (3)特定非営利活動法人日本歯周病学会, 歯科衛生士のための歯周治療ガイドブック, キャリアアップ・認定資格取得をめざして, 医歯薬出版株式会社
- (4)Saito T, Shimazaki Y, Sakamoto M:Obesity and periodontitis. N Engl J Med, 339:482-483, 1998.
- (5)特定非営利活動法人日本歯周病学会, 歯周病と全身の健康, 第1版, 医歯薬出版株式会社, 東京, 2016, 16-23, 92-95.
- (6)特定非営利活動法人日本歯周病学会, 歯周病患者における抗菌療法の指針2010, 第1版, 医歯薬出版株式会社, 東京, 2010, 34-35.
- (7) Kornman KS, Loe H:The role of local factors in the etiology of periodontal diseases. Periodontol 2000, 2:83-97, 1993.
- (8)Pihlstrom BL, Mchugh RB, Oliphant TH, Ortiz-Campos C:Comparison of surgical and nonsurgical treatment of periodontal disease. A review of current studies and additional results after 6 1/2 years. J Clin Periodontol, 10:524-541, 1983.
- (9)Magnusson I, Lindhe J, Yoneyama T, Liljenberg B:Recolonization of a subgingival microbiota following scaling in deep pockets. J Clin Periodontol, 1:193-207, 1984.
- (10)Caffesse RG, Sweeney PL, Smith BA. Scaling and root planing with and without periodontal flap surgery. J Clin Periodontol:13, 205-210, 1986.
- (11)牧野 明 [著] 歯周基本治療で治る! 歯周基本治療で治す!, 医歯薬出版株式会社, 2013.
- (12)小西 昭彦, 新田 浩, 牧野 明, 茂木 美保 編集委員 [共著] DHStyle増刊号/育もう! 歯周病検査力/株式会社デンタルダイヤモンド社, 2011.
- (13)鷹岡 竜一, 牧野 明編 [著] 歯界展望別冊, 根分岐部病変臨床対応とエビデンス, 医歯薬出版株式会社, 2015.
- (14)沼部幸博, 貴島佐和子, 土屋和子 [編著], デンタルハイジーン別冊/歯周病を治すSRPできる歯科衛生士のスキルと知識/医歯薬出版株式会社
- (15)特定非営利活動法人日本歯周病学会 [編] 歯周病の診断と治療の指針2007, 第1版, 医歯薬出版株式会社, 東京, 2007, 19-20.
- (16)特定非営利活動法人日本歯周病学会 [編] 歯周病の検査・診断・治療計画の指針2008, 第1版, 医歯薬出版株式会社, 東京, 2009, 14-17.
- (17)特定非営利活動法人日本歯周病学会 [編] 歯周病学用語集, 第2版, 医歯薬出版株式会社, 東京, 2014.
- (18)特定非営利活動法人日本歯周病学会 [編] 歯周治療の指針, 2015.
- (19)月星 光博, 岡 賢二 [共著] 歯周治療の科学と臨床, クインテッセンス出版株式会社
- (20)デンタルハイジーン別冊/歯周治療レッスンブック, 医歯薬出版株式会社
- (21)デンタルハイジーン別冊/歯周病を治す, 医歯薬出版株式会社
- (22)天野 敦雄 [著] あなたの知識は最新ですか? 歯科衛生士のための21世紀のペリオドントロジーダイジェスト, 改訂版, クインテッセンス出版株式会社

### 歯科衛生士のためのレベルアップ・スタディーガイド

著者/山崎 瑞穂(株式会社DH Pro.school代表) 編集協力/岡山県保険医協会歯科部会 TEL (086) 277-3307  
定価/ 5,800円(税別) 6,380円(税込) 発行日/初版 2016年6月29日 第2版 2016年7月29日 第3版 2020年12月10日

本書の複製権・翻訳権・上映権・譲渡権・公衆送信権(送信可能化権を含む)は著作権者が保有しています。本書の全部または一部につき、無断で転載、複写複製、電子的装置への入力等をされると著作権等の権利侵害となる場合があります。本書の無断複写は著作権法上の制限事項を除き、禁じられています。本書の複写複製を希望される場合は、その都度事前に右記へ連絡して許諾を得てください。  
E-mail:dh\_proschool@yahoo.co.jp TEL/FAX (086) 239-7456