

# なぜ子どもは歯医者を怖がるのか？ ② こうすれば子どもは怖がらない

大阪府開業 こいし歯科  
小石 剛

## はじめに

「泣かぬなら泣くまで待とうトホトギス」  
転じて、  
「泣くのなら泣き止むまで待とうトホホホ  
ホ……」

ある日、受付に予約の電話がありました。  
「3歳の子、歯に穴が開いた、食べると痛  
がる、歯科医院は初めて、病院は大の苦手」  
です。さて、どうすれば泣かせずに診療で  
きでしょうか……

前回は、子どもを泣かせずに診療するた  
めの方法や考え方を説明してきました。今  
回は、筆者の臨床における実際の方法や工  
夫を写真とともに説明します。皆様の臨床  
におけるヒントになれば幸いです。

## 子どもを笑顔にする(泣か せない・安心感を与える) 8つのアプローチ

### 1. 情報収集と共有——どんな子が来るの かな？

患児は歯に穴が開き食べると痛いとい  
うので、何かしらの処置が必要です。3歳な  
ので社会性が生まれ、治療も協力的で母子  
分離も可能でスムーズに診療できるかもし  
れません。しかし心理の発達は個人差は大  
きし、また病院が大の苦手というので泣い

て暴れることも予想されます……

泣かずにスムーズに診療するためにはま  
ずは来院者の情報を収集・共有し、事前  
に対策を練ることが大切です。筆者の歯科  
医院では朝礼時などに患児の情報を共有し  
(図1)、これまでの経験から患児に対する  
想像を膨らませ、診療手順をどうするか、  
泣きそうになった時どうするかなどの対策  
を考え流ようにしています。

泣きの予防は来院前から始まっているの  
です！

### 2. 来院時間と服装——とくに幼いお子さ んに

患児が未就学の場合、体力が消耗し眠  
く機嫌の悪い午後の診療は避けたほうが良  
いでしょう。またタートルネック、つなぎの  
服、厚着は呼吸を妨げ、リラックスしに  
くい服装です。また患児よりも保護者の方  
が診療に不安をお持ちの場合もあるため、  
たとえば検診であれば保護者の膝上でも可  
能であることなどを伝えることで、保護者  
の安心を得るようすると良いでしょう。

### 3. 来院前に見通しをもたせよう——「今 日はこんなことをするよ！」

来院前の患児だけではなく、その保護  
者もきつと不安を募らせています。しかし、  
不安は診療に対する見通しをもつことで大

きく減らすことができます。見通しをもた  
せるためには、事前にできるだけ視覚的に  
説明したり、実際に他人の診療を見学させ  
る方法(モデリング、図2)が有効です。筆  
者の歯科医院ではホームページを活用し、  
どんな医院なのか、どんなスタッフがいる  
のか、そしてどのように診療をするのかと  
いうことを写真で紹介しています。

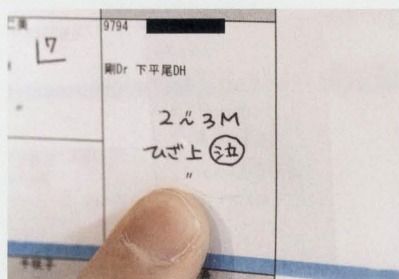
また、写真は家庭で印刷し絵カードとし  
て活用できます。絵カード(図3)は診療中  
にも活用し、今からどんなことをするのか、  
次にすることは何か、あとどれくらいで終  
わるのかがわかるようにしています。また  
モデリングには、診療の予約日までに度見  
学に来院していただくという方法もありま  
す。保護者の安心することは患児の安心の  
大きな一歩となります。

### 4. こどもを迎える雰囲気作り——「よく 来てくれたね！」

まず優しい笑顔と言葉で迎えます。そし  
て、来院前に怖そうな器具が見えていな  
い、大きな音や薬の強い匂いはないかなど、  
子ども視点で視覚・聴覚・嗅覚的に医院の  
雰囲気を整えます(図4)。

また、患児の待合室や診療室に入ってきた  
時の様子を観察し、不安そうであれば声  
をかけ、言葉が通じない幼い子であればス  
キンシップやアイコンタクトなどでコミュ

図1 予約表に情報を書き込む



年齢や「(前回)泣き」や「ひざ上(診察)」  
「初診・怖がり」などを書き込み情報共有に活用。

図2 モデリング(模倣学習)の実施



兄弟での診察はモデリングの絶好の機会。  
治療の見通しや治療への興味をもたせやすい。

図3 ホームページの絵カードの活用



診療手順がスライドショーとなり、スマート  
フォンでも見ることができる。

図4 チェア周りの視覚的な演出



季節ごとの飾りやおもちゃを飾って安心できる雰囲気を出している。

二ヶーションを図ります。患児が幼く言葉が通じな位場合でも笑顔や優しさは伝わり、そうした姿勢が保護者の安心にもつながることでしょう。

### 5. 日常を演出し手順を考える——「お家と一緒にだよ」

“診察室に入ってくる患児が母親から離れそうにありません…”不安は、経験のない・慣れていない非日常にも起こります。不安を強めた様子の場合、すかさず保護者に仕上げ磨きをしてもうことから始めます(図5)。保護者の仕上げ磨きから始め、引き続き術者が歯磨きをすることで、できるだけ日常に近い状態で診療の導入を行うことができます。その際、診療台をあらかじめ倒しておく等、診療の手順をできるだけ少なくする工夫をしておくといいでしょう。

### 6. 診療中も見通しをもたせよう——「今こうしているよ」

“術者が診療台の上の患児の口を覗いています…”母親から引き継いだ歯磨きをしながら、患児に手鏡をもたせます(図6)。

図7 天井テレビの活用



テレビの導入にあたってコミュニケーションを阻害しないか心配したこともあったが、今では会話のきっかけとなっている。

図5 チェアでの母親磨き



母親の歯磨きで患児の安心を得る。この後、術者に入れ変わり、診療を進める。

そして、意識を鏡の中の口に集中させ、診療に興味をもたせます。今から何をするのかを説明し、見せながら診察を進めます(tell-show-do)。手鏡で自分の口を見せることで診療への興味を誘い、理解や協力を促します。また、診療中は“5つ数える間きれいにしよう”等、数字をカウントすることで我慢の見通しをもたせることも診療をスムーズにしてくれるでしょう。

### 7. 痛みの閾値をあげる——意識をそらす

“患児の奥歯に大きなむし歯があり処置が必要です。触ると痛みが出そうです…”

さて、痛みは不安や緊張そして患歯への意識の集中によって、ちょっとしたことで痛く感じるようになります(痛みの閾値が下がる)。閾値を上げるには、患児の安心や術者との信頼関係が大切ですが、すぐには得にくいものです。

そこで、患歯への意識の集中を避ける工夫を行います。天井にテレビを設置し意識を分散させる方法(図7)や、おもちゃを飾る方法、また語りかけによる方法などがあります。無痛的な治療技術はもちろんです

図8 握手をして笑顔で帰す



診療後は、必ず“プラスの心”で帰宅させる。

図6 手鏡をもって口の中を見せる



いま何をしているかを知ることは、信頼・安心と治療参加の入り口となる。

が、治療中はできるだけ患児のを見ながら語りかけ意識をそらし、緊張を緩和するように努めます。

### 8. 笑顔で帰す

“なんとか応急処置までできました…”少し泣きましたが、今日は診察終了です。泣きの予防でもっとも大切なのは、「泣いたまま帰さないこと」です。心が泣いたまま帰ってしまったら、次回は来院できないかもしれません。来院が途絶え、恐怖で他の歯科にも受診できなくなってしまったら大変不幸なことです。たとえ泣いても、できたことを認め、達成感を与えましょう。また嬉しいというiMessageも伝えることで勇気付けましょう。そして、ハイタッチや(図8)握手やハグといったスキンシップで子どもの笑顔を引き出し、笑顔で帰します。

## TOPICS 成長を願って

以上、筆者の歯科医院での方法を紹介しましたが、もちろん方法はこの限りではありません。想像力と心のアンテナを張り巡らして、臨機応変に対応してください。そして、診療後にはうまくいったこと、いかなかったことを、スタッフ間で共有し、反省を繰り返してください。「次はもっと上手くやるぞ」という気持ちが泣きの予防をスキルアップさせる近道です。

泣きは自己表現であり、成長とともに表現が変わります。いつか必ず笑顔になる。だから未来の笑顔をイメージして頑張れるのです。子どもたちに歯科診療を通じて成長してほしい、子どもたちの成長と将来を見つめていきたい、いつも考えています。