

歯科医院受診後の歯科衛生士による オンラインサポートサービス『OraCo(オラコ)』により 患者の口腔衛生意識が向上することを臨床試験で実証

ライオン株式会社(代表取締役兼社長執行役員:竹森 征之)は、歯科医院受診後の患者を対象とした歯科衛生士によるオンラインサポートサービス『OraCo』の口腔衛生意識・行動への有効性を検証しました。その結果、歯科医院での指導後に、歯科衛生士がオンラインで患者の指導内容の実践を支援することで、患者の口腔衛生に対する意識が向上することを確認しました。本アプローチを用いることで、歯科医院での指導内容実践に対する患者の意識、モチベーションが持続し、口腔ケアの習慣化が期待できます。

当社は、本研究内容について、2025年5月16日(金)～18日(日)に開催された第74回日本口腔衛生学会学術大会(新潟県、朱鷺メッセ 新潟コンベンションセンター)にて発表しました。



図1 研究概要

■研究背景

歯科二大疾病であるう蝕と歯周病の予防には、生活者自身が行う「セルフケア」と歯科医院への定期的な受診の「プロケア」を両輪で進めることが重要です。患者に適切な「セルフケア」を継続させるため、歯科医院では歯みがき指導や口腔衛生指導が行われています。しかし、受診時の指導だけでは、患者がその内容を受診後に忘れてしまうなど、指導内容に沿った「セルフケア」を長期間継続することが難しいという課題がありました※4。また、デジタルツールを活用した行動支援の有用性※5が注目されてきましたが、歯科衛生士が患者と継続的に接点を持ち、日常の「セルフケア」をサポートする取り組みの効果については、これまでほとんど報告されていません。そこで当社は、歯科衛生士が患者のセルフケア行動をオンラインでサポートする『OraCo』の有用性を検証しました。

※4 当社調べ(歯科医院へのインタビュー調査 協力歯科医院数30、2022年4月～2024年6月実施)

※5 Fernández, C. E., et al. "Teledentistry and mHealth for promotion and prevention of oral health: a systematic review and meta-analysis." *Journal of dental research* 100.9 (2021): 914-927.

■研究方法

- ・対象者 : 歯科医院受診後、アプリによる行動支援を3ヵ月受けた「アプリ利用群」25名及び、アプリを使用しない「アプリ未利用群」25名(20～59歳)
- ・行動支援: 「アプリ利用群」にはアプリを通じ、受診時の口腔衛生指導内容に応じた個別の行動課題を3ヵ月間で計15回配信
- ・評価方法: 開始前、開始後1、4、8、12週の計5回のアンケート調査を実施

・評価項目：口腔衛生意識・行動変容に関する項目※6(表1)

※6 S. Schwarzer R が提唱した健康行動変容理論 Health Action Process Approach Model の変数に基づく設問

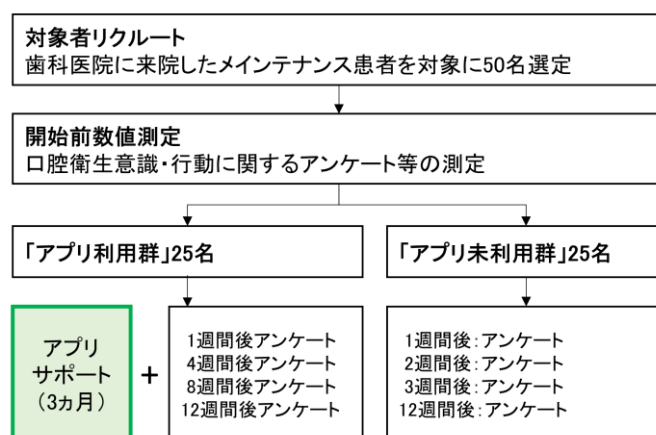


図2 調査方法

表1 口腔衛生意識と行動変容に関する変数項目と設問内容

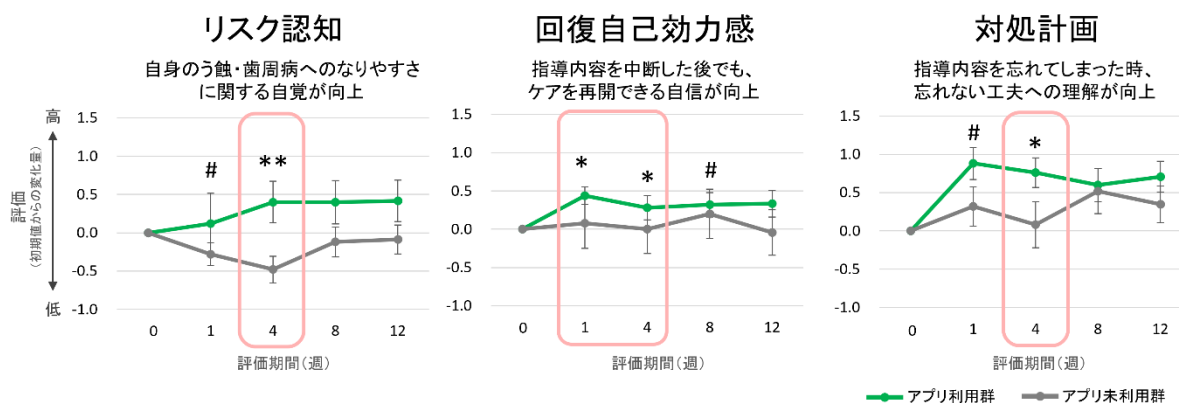
変数分類	変数名	設問
動機段階	リスク認知	あなたはむし歯または歯周病になりやすいと思いますか。
	前向きな結果予測	歯科医院での指導内容を自宅で行うことにより、お口の状態を維持したり、より良くできると思う。
	行動自己効力感	忙しかったとしても、歯科医院での指導内容を実行する自信がある。
	意思	これから1か月の間、歯科医院での指導内容を毎回の歯みがきで実施するつもりだ。
意図段階	行動計画	歯科医院での指導内容を日々の習慣にするための工夫やコツを明確にわかっている。
	対処計画	歯科医院での指導内容を守るのを忘れてしまった時、次から忘れないようにするための工夫やコツを明確にわかっている。
	維持自己効力感	忙しかったとしても、歯科医院での指導内容を続けられる自信がある。
	回復自己効力感	歯科医院での指導内容を2～3日中断してしまった後でも、再びケアを開始できる自信がある。
	指導内容の順守度	歯科医院での指導内容を、毎回の歯みがき・お口のケアでできていますか。

■研究結果

口腔衛生意識と行動変容に関する変数項目の中で、「アプリ未利用群」と比較して「アプリ利用群」で有意に評価が高かった項目は、セルフケアの動機付けに繋がる「リスク認知」と、行動変容に繋がる意図段階である「回復自己効力感」「対処計画」でした(図3)。具体的には、う蝕または歯周病になりやすいと思うかといった「リスク認知」について、「アプリ利用群」では開始1週間後から向上する傾向が見られ、4週間後には有意に向上しました。

さらに、歯科医院での指導内容を2～3日中断後も再びセルフケアを開始できる自信があるとした「回復自己効力感」と、歯科医院での指導内容を忘れてしまった時、次から忘れないようにするための工夫やコツを明確にわかっていると「対処計画」についても、「アプリ利用群」で有意に評価が向上しました。

これらの結果は、患者がう蝕や歯周病を自身に起こりうるリスクであると認識し(リスク認知)、適切なセルフケアを継続することへの自信を持てるようになった(回復自己効力感、対処計画)ことを示しています。



各群25名、平均値±SEM, ** p < 0.01, * p < 0.05, # p < 0.1, Wilcoxon rank-sum test, vs 「アプリ未利用群」
「アプリ未利用群」2名、「アプリ利用群」1名は12週目時点で治療目的で再来院したため12週目の解析からは除外

図3 有意差が認められた変数項目

また、「アプリ利用群」の自由記入アンケート(表 2)では、歯科衛生士によるオンラインサポートによって、通常よりも口腔ケアを意識して継続できたとの回答がありました。これらのアンケート回答から、指導内容を簡単に復習できること、患者が理解しやすい画像や動画で説明すること、歯科衛生士が伴走支援することなどが、患者の口腔ケアのモチベーションの向上と、行動変容に重要であることが示唆されました。

表2 「アプリ利用群」からの自由記入アンケート(一部抜粋)

- ・メッセージが定期的に届くので過去の歯みがきアドバイスを見返すこともあり、忘れていたアドバイスも思い出せました。
- ・定期的に歯科衛生士さんからコメントをいただくことで、モチベーションを維持できました。
- ・疲れた日は歯みがきが手抜きになってしまうけれど、歯科衛生士さんのことを思い出して気持ちを立て直すこともあります。
- ・歯みがきのコツを写真や動画で提示していただけるのがわかりやすくてありがたいです。特に動画だと、ハブラシの当て方の力加減もわかり歯みがきがしやすくなりました。

以上の結果から、歯科医院受診後に歯科衛生士が口腔ケアのオンラインサポートを行うことで、患者の口腔衛生意識が向上することが確認されました。また、これまで難しいとされてきた歯科医院での指導内容に基づく口腔衛生行動(セルフケア)の継続に繋がることが示唆されました。

今後は、アプリに蓄積された患者データの歯科医院での口腔衛生指導への活用や、口腔機能などセルフケアが重要な症状への応用展開についても検証していく予定です。

当社は、本研究で得られた結果を活用しながら、オーラルヘルスケア習慣を広めていき、人々のより良い習慣づくりに貢献してまいります。

上記研究結果について下記の通り発表しました。

【2025年度 第74回日本口腔衛生学会学術大会】

- 期 間 2025年5月16日(金)～18日(日)
- 場 所 新潟県、朱鷺メッセ 新潟コンベンションセンター
- 演 題 「メインテナンス患者向け口腔衛生行動継続支援アプリによる意識・行動変容効果
ー探索的ランダム化比較試験」
- 発表者 ライオン株式会社 下平哲大、石井康平、木村光夫

■参考情報

2025年4月1日より歯科医院を通じて口腔ケアの習慣化をサポートする新サービス『OraCo(オラコ)』の提供を開始しています。歯科医院での導入方法やサービスの詳細に関しては下記のサイトでご確認ください。

▼詳細はこちら

歯科医院を通じた口腔ケア習慣化サービス

『OraCo(オラコ)』

<https://go-lion.jp/oraco016>



以 上

お問い合わせ窓口

ライオン株式会社 〒111-8644 東京都台東区蔵前 1-3-28

<報道関係の方> コーポレートコミュニケーションセンター 03-6739-3443