



歯から
元気!

カムカム

訪問歯科診療ニュース

「カムカム通信は」訪問歯科診療の普及をめざし、SOSデンティストより発行しています。

噛む噛む 通信

2012.07
Vol.

27

SOS DENTIST

発行 / SOSデンティスト
日本訪問歯科協会
〒101-0037
東京都千代田区神田西福田町4
神田K-1ビル8階
TEL: 03(5294)1151
FAX: 03(5294)1150

通院困難な方の歯科に関するお問い合わせはこちらまで… ☎ 0120-099-505

かむかむ COME COME倶楽部

「盛岡医療生活協同組合・さわやかクリニック」(岩手県岩手郡)では、「お口の健康相談会」を通じて、これまでは利用者様から聞かれなかった「お口に関する気になること」を引き出せたのが大きな収穫になりました。

ととのとの 事業者との 連携のきっかけに 介歯科医師の



盛岡医療生活協同組合
さわやかクリニック
デイケア主任 佐藤千恵子さん

さ わやかクリニックでは、デイケアの利用者様を対象とした、「お口の健康相談会」を行いました。

口腔ケアの重要性はわかっているけれども、正直なかなか手をつけれない状態でした。しかし、利用者様の中には、入れ歯が合わないからと、食事の時は入れ歯をはずしてしまおう方もいらして、利用者様のお口の状態も気になっていました。

そんな時に、日本訪問歯科協会から「お口の健康相談会」の案内をいただき、先日、第1回目の「お口の健康相談会」を実施したところです。いずれは当施設でも介護保険の口腔機能向上加算が取り入れられるようになればと考えています。

歯医者さんだから 言いやすいお口の悩み

「お口の健康相談会」を行った一番の収穫は、これまで気づけなかった利用者様のお口のトラブルがわかったということです。

普段は普通にお食事もしていたし、お口に関するなど何もおっしゃらなかった利用者様が、歯科の先生に「ここがこういう状態だったので我慢していた」とお口の不調をお話されています。私たちがとしては初めて聞く訴えで、専門家の先生にだからこそ、安心して相談することができたのでしよう。

歯医者さんに行ってみてもら

うことがなかなかできないので、自分のお口の中がどうなっているのか、先生から様子を聞けたことを利用者様は喜んでいました。治療が大変だったらもう我慢するけど、簡単に治せることだったら治してもらいたいと、治療につながっていきそうな方も何人かいらつしやいましたので、よいきっかけになったと思います。

勉強会を行って さらなる意識付けを

「お口の健康相談会」の結果を伝えることで、利用者様もご家族の方もお口の健康についての意識が変わってくるのではないかと期待しています。やはり、私たちが口腔ケアの重要性を説明するよりも、専門家の歯医者さんがみた結果をお話していただいたほうが説得力がありますし、効果も違ってくると思います。

これからも「お口の健康相談会」は定期的に取り入れていきたいと考えています。また、口腔ケアの勉強会を行い、さらに意識付けをしていきたいと思っています。

私たちも口腔機能向上に関心はあっても、歯科医師とどのように連携をとっていけばよいのかが具体的にわからなかったため、その点でも「お口の健康相談会」は有意義なものになりました。

今日から始める、簡単お口のケア! アドバイス

かくれ脱水は 舌をチエック

夏に多い熱中症は、体内の水分が失われる「脱水症」と大きく関係しています。脱水症は進行するまで症状が出にくいので、めまいや頭痛、吐き気などの症状が現れたときには、かなり進んでいることも。脱水が進めば、体の機能が低下して死に至ることもあります。

高齢者は体の感覚が鈍くなり、汗をかきにくくなったり、夜トイレに行くのが億劫で水分を控えたりして、脱水症状が起こりやすくなります。室内にいても起るるので、特に注意が必要です。

「かくれ脱水」の症状

気づかないうちに体の水分が減り、脱水症一歩手前になるのが「かくれ脱水」。この段階で気づいて適切に対処し、進行を食い止めることが重要です。

「こんな状態は要注意」

- ・指先が冷たい。
 - ・食欲が低下した。
 - ・爪を押した後、白からピンクに戻るまでに3秒以上かかる。
 - ・口の中が渇く。
 - ・舌の表面に光沢がなく、赤黒く乾いている。 など
- かくれ脱水を防ぐには
- ・室温28℃、湿度70%を超えないようにする。
 - ・スポーツドリンクや経口補水液など、塩分を含む飲料を少しずつ飲む。