



# 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

2007.01  
Vol.

# 39

### SOS DENTIST

発行/SOSデンティスト  
日本訪問歯科協会  
〒103-0012  
東京都中央区日本橋堀留町1-2-16  
瀧田ビル3F  
TEL:03(5623)3651  
FAX:03(5623)1119

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

財団法人江別市在宅福祉サービス公社「デイサービスセンターあかしや」(北海道江別市)では、勉強会で再認識した口腔ケアの大切さを、確実に広く浸透させていきたいと考えています。

人間にとって口がいかに大切な器官かを再認識



財団法人  
江別市在宅福祉サービス公社  
デイサービスセンターあかしや  
所長 佐々木 あゆみ さん

## 私

「あかしや」でも、職員に向けての口腔ケアの勉強会と、利用者様を対象とした歯科検診を実施しました。

勉強会では、いろいろな器具を使った歯みがきの方法を教えていただき、大変参考になりましたが、口から物が食べられることの大切さを改めて考える、よいきっかけとなりました。

食事を自分できちんと食べられることは大きな楽しみですし、それができればQOL(生活の質)

も向上します。また、お口の状態がよければ会話もはずみ、コミュニケーションも活発になります。人間にとって、口はさまざまな役割を担う重要な器官であり、その機能を健康に維持するためには、口腔ケアが大切なんだと再認識しました。

## 歯科検診が お口の健康を見直す 動機づけになった

内科的な体の不調と違って、お口のトラブルはどうしても「次の次」になりがちですが、利用者様を対象とした歯科検診によって、お口の健康を見直すよい動機づけになったと思います。

ある方は、ずっと抱えていたお口の中の不快感の原因は義歯が合わないせいだということが検診で判明しました。歯科の先生の説明が、いいねい、ご本人にだけでなくご家族の方にも伝わるように文書にしてくださいだったので、的確に状

態を理解していただけました。その後、新しい義歯を作ったとて楽になったとおっしゃっていました。

また、検診結果の文書を持参してご自分でかかりつけの歯医者さんに行かれた方もいらっしゃいました。

## 口腔ケアの大切さを 確実にゆっくり浸透させたい

当センターでは介護予防サービスの3本柱の一つである「口腔機能の向上」についてはまだ本格的なサービスの導入には至っていませんが、お口のトラブルがある方には歯みがきのお声かけをしたり、昼食のときには口腔体操を行ったりはしてきました。

また、勉強会で口腔ケアの大切さを知ってからは、広くお声がけをするようになっただけでなく、口腔ケアの目的についてしっかりと説明できるようにもなりました。

歯みがきをすることは、お口がさっぱりして爽快感を味わえるだけでなく、食べる楽しみひいては生きる喜びにつながっていることを、広く知っていただきたいと思っています。

これからは、広報などの文書でアプローチしたり、口腔体操のときに説明したりしながら、口腔ケアの本当の大切さを理解していただくことに努めながら、押しつけるのではなく、ゆっくりと浸透させていきたいと思っています。

## 今日から始める、簡単お口のケア! アドバイス

### 口腔ケアQ&A(1)

口腔ケアは、正しい方法で毎日続けることが大切。とくに、高齢者の口腔ケアでは、方法を間違えば、体に負担がかかったり、歯みがき剤やうがいの水の誤嚥などの危険もありますので、安全に行うことも重要です。

### Q 自分で口を開けられない人のケアは?

A. 認知症が進んで口を開けようとならない場合や、顎関節炎などで開けられない場合などは、無理強い禁物。口角に人差し指をかけて横に引っぱると上唇と下唇の間にすき間ができるので、その間から歯ブラシやガーゼを巻いた布などを入れて、歯の表面をきれいにしていきます。歯と歯の間に指を入れると噛まれることもあるので、裏側はできる範囲にとどめましょう。

### Q 歯がむしりかじっている歯があるときは?

A. 無理に抜こうとしてはいたしません。歯みがきを行うときは、力を入れすぎないように注意し、ブラシの毛先でそことみがきます。