



歯から
元気!

カムカム 歯む歯む通信

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。

2014.4
Vol.



SOS DENTIST

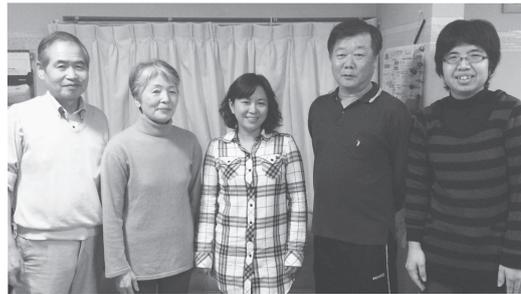
発行 / SOSデンティスト
日本訪問歯科協会
〒101-0037
東京都千代田区神田西福田町4
神田K-1ビル8階
TEL: 03(5294)1151
FAX: 03(5294)1150

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

「医療法人社団三喜会 デイサービスセンター中原」(神奈川県川崎市)では、以前はお口を開けることを拒む利用者様が多く、お口のチェックも難航していました。けれども、信頼関係づくりを大切にしてじっくり取り組む歯科医師の対応により、今ではスムーズに『お口の健康相談会』を実施しています。

良好な信頼関係が もたらす安心感



医療法人社団 三喜会
デイサービスセンター中原
尾崎 笑美さん

実 は以前、別の歯医者さんとうなものを実施したことがありますが、あまりうまくいきませんでした。利用者様の大半は認知

症で口を開けることを拒む方も多く、口を開けなければ歯医者さん側もそこで終了。データも残らない状態でした。

日本訪問歯科協会の担当の方が来られた時にそのことを伝えると、「ていねいな先生がいるのでご紹介します」と言われ、だっただけでお願いしてみようということになったのです。

お口を開けてくれるまで じっくり取り組む

ご紹介いただいた歯医者さんは、本当に対応がとてつもない。お口をなかなか開けない利用者様には世間話などで声をかけ、信頼関係を築くところから始めてくださいました。その日はだめでもまた次回、というように根気強く接して、4、5回目ようやくやくお口を開けた方もいます。最終的には、利用者様全員がお口を開いてくれました。また、こちらから事前に「ご

自宅ではあまり歯磨きをされていないようです」などと先生にお話しておく、歯磨きの大切さを利用者様に言ってくださったり、ご家族向けにコメントを書いてくださったり……。細やかに気を配っていただき、本当に助かっています。

「お口の健康相談会」の結果も、ご家族の方にわかりやすく報告書をまとめてくださいます。私たちからお話ししてもなかなか伝わらなかった口腔ケアの重要性も、先生からの報告で納得してくださったようです。相談会後、訪問歯科を受けている方もいらつやいます。

職員によるケアの 状態もチェック

「相談会」の時には、介護職員が利用者様の歯磨きを済ませた状態で先生にみていただくようにしています。磨き残しなどがあれば指摘していただけるので、自分たちのケアを確認することもでき、実践へとつなげていくことができます。私たちの質問や相談にもしっかり対応して下さるので、とても頼りにしています。自分のお口でしっかり噛めるようになることは、自立支援のためにも重要です。もっといろいろな知識と技術を身につけたいので、今後はスタッフ向けの勉強会もぜひお願いしたいと考えています。

今日から始める、簡単お口のケア!

アドバイス

亜鉛欠乏と味覚障害

高齢者に多くみられる味覚障害を引き起こす原因の一つとして、亜鉛の欠乏が挙げられます。

舌の表面にある味蕾(みらい)は「味覚のセンサー」ともよばれ、この中にある味を感じる味細胞から情報が脳の中核へと伝わります。味細胞は新陳代謝が激しく、10日程度で入れ替わりますが、その際にたくさん亜鉛が必要になります。

加齢とともに新陳代謝の機能は低下しますが、亜鉛が不足すればさらに代謝が衰えて味覚も鈍ります。最近では若者の味覚障害も増えていると言われています。

味覚障害を予防、解消するためには亜鉛をしっかりと体内に摂取することが大切です。

●亜鉛を多く含む食材

魚介類 / アサリや牡蠣などの貝類、うなぎ、ししゃもなど
海藻類 / 昆布、ワカメ、ヒジキ、海苔など
肉類 / 牛肉、豚や牛のレバーなど
豆・ナッツ類 / 大豆、大豆加工品、ゴマ、カシューナッツ、アーモンドなど
おいしく楽しむためにも、バランスのよい食事を心がけましょう。