



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

2005.07
Vol.

27

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

COME COME倶楽部

ご家族みんなが笑って過ごせる環境作りをモットーに、訪問介護とデイサービスを全国展開する「ヒューマンライフケア」

(ヒューマンリソシア株式会社/本社:東京都)では、高齢者の自立支援の二つとして、口腔ケアを重要視しています。

「自分の口でおいしく食べる」自立支援としても口腔ケアは重要



ヒューマンリソシア株式会社
介護営業部
アシスタントマネージャー
山口啓範さん

2005年2月より、日本訪問歯科協会所属の歯科医師の協力により、私たち「ヒューマンライフケア」のデイサービスで、「お口の健康診断」という無料歯科検診を行っています。

私が担当している東京・板橋地区では20名ほどが検診を受けました。その結果、半数の方からさらによくわしく先生に診てもらいたいとの希望があり、口腔ケアや治療の申し込みをいただきました。

自分で実行することが 楽しみになる

私たちは介護事業を展開していくにあたって、「自分でできることはなるべく本人にやっていただく」という自立支援を基本としています。私たちが普段何気なく当たり前にやっている動作でも、高齢者の方にとっては自分で行うことが楽しみや励みにもつながるからです。

その楽しみの一つが「食べること」です。もしお口に何らかの不具合があり、それが自分で食べることの妨げになっているのだとすれば、その原因を取り除くことが大切です。そういう考えから、食べることの自立支援として、口腔ケアを取り入れていくことが重要だと考えています。

デイサービスはこれからの在宅介護を行うにあたって、キーになるポイントにあると思います。高齢者の日常生活を喚起するために、デイサービスをご利用していただくという意味合いも強まってくることでし

よう。そのために、自分でできるとは自分でやるということを高齢者ご自身、そしてご家族の方にもご理解いただきながら、私たちも一緒に取り組んでいきたいと思っています。

ノウハウを蓄積し 口腔ケアの実践に つなげたい

現在、ヒューマンライフケアでは、デイサービスにお越しいただいた時、最初につがいと手洗いを励行しています。これは風邪などの感染症の予防にもなりますし、目もすっきり覚めるからです。しかし、食後のうがいや口腔ケアは、まだ十分には取り組めていません。

自立支援を行っていくためには、筋力トレーニングと並んで、口腔ケアは非常に重要なものだと考えています。口腔ケアやお口のリハビリ体操などもどんどん取り入れていきたいと思っているのですが、我々の知識や実践するためのテクニクなどが伴わないために、まだ実践には至っていないのが現状です。

最近では国も口腔ケアの重要性を謳っていますが、明確な展開はまだ描けていないのが実情だと思います。今後は、日本訪問歯科協会にもご協力いただいて、情報収集しながらノウハウを蓄積し、口腔ケアについて国に提案できるくらいの気概をもって、いろいろとチャレンジしていき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

ミキサー食を おいしく作る

自分で噛むことがほとんどできない人や、誤嚥しやすい人には、食品をミキサーにかけてドロドロにしたミキサー食が適しています。

●味付けはしっかりと
きちんと調理したものをミキサーにかけます。どうせ形がなくなるからと生煮えの状態で作れば、当然、味が落ちます。形がなくなる分、味付けにはこだわりたいです。

●固さを調節
スープや牛乳など水分を加えて固さを調節します。状態に応じてとろみをつけたり、ゼラチンや寒天などで固めたりします。乾燥にも注意。

●盛りつけを美しく
調理したものは一品ずつミキサーにかけて、盛りつけます。器や彩りにも気を配りましょう。どうせお腹の中で一緒になるからと、食べ物を全部一緒にミキサーにかけるのは避けましょう。