



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

2006.12
Vol.

38

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

老人デイケアに取り組み、医療法人松岡整形外科(愛媛県松山市)

では、お口の状態の改善だけでなく、口腔ケアが高齢者の生活にもたらす幅広い効果を実感しています。

口腔ケアによって広がった
利用者様の楽しみ



医療法人 松岡整形外科
通所リハビリテーション
看護師
河西 文子さん

私 たち「松岡整形外科通所リハビリテーション」では、今年4月からこれまでに、口腔ケアに関する職員勉強会、利用者検診・勉強会を計5回行いました。

勉強会・検診の後には、多くの利用者様が往診を申し込まれました。これまでは歯医者に行きたくても行けないという方が多かったので、勉強会や検診によって、デイケアと歯科医院との連携ができるようになったことは、とてもよかったです。

お料理を作って食べる 楽しみが増えた

口腔ケアを行ってうれしかったことがほかにもありました。お口は食べることに関連しますが、そこから「料理を作って食べる楽しみ」に広がっていったことです。

お口の状態がよくなって、お料理談義に花が咲くようになり、実はきのうも利用者様と一緒に佃煮を作りました。「あなたはお砂糖を計って」「私はおしょうゆを計るわ」など、役割を分担しながら参加してくれました。

利用者様同士で材料を用意したり、レシピを交換したりすること、記憶をたどるリハビリにもなるようです。ここで利用者様とお料理を作るようになって、私のレポートも少し増えました。

口腔ケアは 大きなやりがい

私は以前から口腔ケアに関心が

あり、個人的に口腔ケアの講義を受けたことがあります。そのときに、「舌は腸の一部が表れたもの」というお話を聞き、とても興味をもちました。

そして、介護保険の改正で、口腔ケアに本格的に取り組むことになり、何から始めたらいいのかわからず迷ったときに日本訪問歯科協会からお電話をいただき、協力をお願いするようになったのです。

今は利用者様を通して、自分も勉強させていただいているという感じがしますが、口腔ケアが私の大きなやりがいになっています。口腔ケアの知識はだれにも負けないと言えるように、これからももっと勉強してがんばって取り組んでいきたいと思えます。

●日本訪問歯科協会 コールセンター

《年末年始休業のご案内》

日頃から「お口の相談窓口」としてご利用いただいております日本訪問歯科協会コールセンターは、年末年始に伴い、次の通り休業させていただきます。どうぞご了承ください。

平成18年12月30日(土) ~
平成19年1月3日(木)

※12月29日(金)は18時までの受付となります。休業中にいただきました「お申し込みFAX」につきましては、1月4日以降にご連絡させていただきます。

今日から始める、簡単お口のケア! アドバイス

ドライマウス(2)

「ドライマウス(口腔乾燥症)」は、慢性的に唾液が不足して、つねに口の中が乾燥した状態になることで、食べ物や飲み込みにくくなったり、舌に痛みを感じるようになったりします。

●口の中の乾燥度チェック

- 口の中が乾いてカラカラする
- 口の中がネバネバして話しにくい
- クラッカーなど、乾いた食べ物を飲み込みにくい
- 舌がひび割れたり、口の中に痛みがある
- 夜中に起きて水を飲む
- 味がよくわからない
- 口臭が気になる
- 虫歯が増えた、入れ歯を調整しても合わない

3つ以上当てはまる場合は、歯科医院などに相談してください。

●ドライマウスの予防法

予防には唾液の分泌をよくすることが大切。口の中が乾燥する際には、お茶や薄めのレモン水でうがいをするのもよい方法です。ほかに、人工唾液や唾液分泌促進剤などもあります。寝たきりの高齢者では、介助者がしっかりと口腔ケアを行いましょう。