



カムカム 歯通信

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。

2011.09
Vol. 89

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

医療法人社団春陽会介護老人保健施設(老春苑)(鹿児島県)は、『お口の健康相談会』が施設としての行事から、地域の予防医療に役立つような取り組みになれば、と考えています。

『お口の健康相談会』の“さりげなさ”が好評



医療法人社団春陽会
介護老人保健施設 老春苑
通所リハビリテーション
支援相談員 隈元宏和さん

当施設の利用者様の平均年齢はだいたい85歳くらいです。

入れ歯の方が多く、歯磨きも毎食後というよりも、物が詰まったときや口臭が気になるなど、気づいたら入れ歯をはずして洗い流すという方が大半でした。

けれども、先日、歯科の先生による『お口の健康相談会』を行ったことで、口臭だけでなく、お口の中の健康状態について、利用者様が目を向けるようになったことは、一つ大きな変化だと思っています。

先生の的確な説明でお口の状態を把握

『お口の健康相談会』では、歯科の先生がお一人お一人のお口の状態をていねいにみてくださいました。

利用者様の中には、お口の中がなんだか痛いと思っていたけれど、自分ではよく見えないからと、我慢していた方もいらしたようです。「お口の中が今、こんな状態になっていきますよ」「ここは痛いんですか?」「治療したほうがいいかもしれませんね」など、わかりやすく説明しながら、結果をお一人ずつ書面にまとめて渡してくださいました。

ある利用者様は歯の間に物がよく詰まることを先生に話したら、歯間ブラシの使い方を説明していただき、サンプルもいただいたと喜んでいました。

相談会にご家族と一緒に来られた方もいらっしゃいます。人の口の中は家族でもなかなかのぞきにくいもの。デイケアに歯

医者さんが来て、強制ではなくさりげない感じでお口の中をみてくれ、的確なアドバイスをしただけなのはとてもありがたいという感想も多く聞かれました。その後、治療を始めた方もいて、訪問歯科診療をご存じなかった方もいらっしゃいましたから、知っていただくよききっかけにもなったと思います。

次回はずび利用者様向けの勉強会も

今後も『お口の健康相談会』を開催したいと思っていますが、今度は利用者様向けのお口にもまつわるお話の勉強会のようなものも併せてできたらいいですね。なぜお口の衛生が大切なのか、肺炎の予防につながるなど、私たちが説明するよりも歯医者さんや歯科衛生士さんから話していただいたほうが説得力があり、利用者様も納得して口腔ケアに取り組めると思います。

また、利用者様だけでなく、地域の皆さんにも参加していただけるような相談会をぜひ日本訪問歯科協会にやっていただければと思います。地域の高齢者の皆さんが集まりやすい公民館などで行えば、地域全体の予防医療の向上につながり、さらに有意義な取り組みになるのではないのでしょうか。

今日から始める、簡単お口のケア! 歯間ブラシ アドバイス

歯間ブラシの使い方

歯間ブラシは、歯と歯の間のすき間、ブリッジの下や部分入れ歯のバネの部分など、歯ブラシだけでは取りきれない汚れを取り除くのにとても便利です。

●形

針金の先に小さくて細かいナイロンの毛がついていて、前歯に使いやすいI字型と、奥歯に使いやすいL字形があります。

●サイズ

一般的に、毛の太さによってSS、S、MS、M、Lなどの5つのサイズに分けられます。合わないサイズのものを使用すると、歯ぐきや歯を傷つけてしまうので、すき間に歯間ブラシを入れたときに、抵抗なく動かせるサイズのものを選ぶようにします。

●使い方

歯の表面方向から歯ぐきに沿わせて歯間ブラシを入れ、前後に出し入れするようにゆっくり動かします。さらに、歯の裏側からも同じように挿入して動かします。

歯間ブラシは根元の針金の部分で折れやすいのですが、鉛筆を持つように針金の付け根に近い部分を持つと折れにくくなります。

*

使用した歯間ブラシは、よく水洗いして乾燥させれば繰り返し使えますが、毛が減ってぼろぼろになったり、ワイヤーが曲がってきたりしたら取り替えましょう。