



歯から  
元気!

# 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

2013.5  
Vol.

# 105

### 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

居宅介護支援事業所、訪問介護事業所、デイサービスなどを展開する「株式会社コスモケアエナジー」(広島県広島市)では、『お口の健康相談会』をきっかけに、課題だった口腔ケアの取り組みをスタートさせました。

## お口の状態の改善が 自信や生活意欲の 向上につながる



株式会社コスモケアエナジー  
代表取締役 堀島由利さん  
ケアマネージャー 田中貴美子さん

**口** 腔機能加算が取れるということもあって、以前から口腔ケアに興味はもっていましたが、実際にはなかなか取り組めずにいました。歯磨き指導はできても、加算となるとアセスメントやお口の中をしっかり見られる人がいないと大変なので、腰が引けてしまっただけです。けれども、新しくデイサービスを開設することになり、やはり口

腔ケアはきちんと取り組みたいと考えて、以前、パンフレットをいただいていた、日本訪問歯科協会にお電話をしてみました。そして、まずは利用者様向けの『お口の健康相談会』を行うことになったのです。

## 『相談会』前の勉強会で 口腔ケアへの意識を向ける

『お口の健康相談会』の前に、ちよっとした勉強会をしていただきました。歯科の先生がパネルをもってきて、口腔ケアと肺炎の関係などのお話を、利用者様にも職員にもわかりやすく説明してくださいました。職員にとってはよい啓発になりましたし、利用者様には口腔ケアへの意識づけとなり、『お口の健康相談会』にすんなりと入っていくことができました。利用者様の中には、30年以上歯医者さんに行っていない方もいらっしやいましたので、今のお口の状態を知っていただくよききっかけになりました。

歯科の先生もスタッフの方もとても親切で、お話もわかりやすく、相談会の結果も、お一人お一人まとめてくださるなど対応もとてもいいでした。

## 職員の口腔ケアの意識の 高まりも大きな成果

利用者様の中には、歯医者さんに通っていたけれど、治療途中でやめてしまったけれど、治療途中でやめた方もいましたが、「家に来てくれるなら」と訪問歯科で治療を再開された方もいます。

ほかにも何名かの方が訪問歯科診療を受けていて、初めは「家で何をされるんだろう」と不安に感じていたようですが、実際に訪問してもらったら「簡単に終わったよ」と安心されていました。

私たちも、ある一人暮らしの方の治療に立ち会いましたが、雑然としたお部屋の中で、うまく動線を見つけて治療されている先生の姿を拝見して、すばらしいと思いました。

利用者様も、ずっとなんとなく気がなっていたお口のトラブルが少しずつ改善されるとともに、あきらめていた治療に向き合えたことが自信になり、生活意欲の向上にもつながっているように思います。

課題だった口腔ケアに取り組めた、一歩先に進めたことで、職員の意識が上がったことも大きな成果だと実感しています。

## 今日から始める、簡単お口のケア! アドバイス

### 口腔がんセルフチェック

口腔がんとは、口の中にできるがんの総称です。悪性腫瘍ではありますが、胃がんや肺がんなど内臓にできるがんと違い、自分の目で直接チェックできるため、早期に発見することも可能です。月に二度は口の中のセルフチェックを心がけましょう。

### 準備

大きめの手鏡を用意して、明るい場所でチェックします。入れ歯ははずしておきます。

### ● チェックポイント

唇、舌(表・裏)、歯ぐき、ほおの内側、上あごの天井、首やあごのリンパ腺を見て、触って観察します。

次の項目に1つでも当てはまったら、歯科医院を受診しましょう。

- なかなか治らない腫れやしこり、できものがある。
- 赤くただれた部分や白い部分がある。
- 2週間以上治らない口内炎がある。
- 指で触ると痛みや硬い部分がある。
- ほおや舌が動かしづらい。
- 口の中から出血が見られる。