



# 訪問歯科診療ニュース

# カムカム通信 26

「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。

2005.06  
Vol.

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

1日の定員10名以下の、ゆったりとしたサービスを提供する「デイサービス風音」(大阪市)では、認知症予防の観点から、口腔ケアへの関心を高めています。

お口の中がきっちり整備できれば食事も気持ちも前向きになる!



なにわ保健生活協同組合  
デイサービス風音(かのみん)  
生活相談員(社会福祉士)  
村上 珠樹さん

**当**施設では、認知症高齢者専用の通所介護事業を行っています。認知症の利用者の方々は、歯が痛くてもお口の中に不快感があっても、なかなか自分からは「歯が痛い」とおっしゃってけません。

けれども、デイサービスではお食事の時に口口の不具合に気づくことがあります。サービスにいらつしやると、体温や血圧、脈拍などのチェックをしますが、バイタルサインが安定しているのに食事を召し上がる量がいつもより少ないとき、「どうしました?」と

声をかけます。すると、「歯が痛い」とおっしゃる方は多いんです。何も言わなくても、食事量に顕著に現れるのです。

### 口腔ケアの取り組みは まずは食後のうがいから

先日、日本訪問歯科協会との連携で、利用者の歯科検診と職員向けの口腔ケアの勉強会を行いました。

検診を受けたほとんどの方が何かしらの口腔ケアが必要という結果に、ケアの不十分さを実感しました。

そこで、デイサービスに食後のうがいを取り入れました。以前はうがいによる「むせ」が心配だったのですが、「ガラガラうがい」ではなく、「ブクブクうがい」がいいと勉強会で歯科の先生が教えてくださったのです。最近では、食後は洗面台まで歩いて行ってうがいをすることが習慣化しつつあります。歩く機会にもなり、身体的にもよいのではないかと思います。うがいでは吐き出された水を見

て、うがいをしなければこれだけの食べかすが口の中に残っているんだと実感。今後はブラッシングも取り入れていきたいと思っています。

また、検診を受けた方のうち、2名が訪問歯科診療を受けることになりました。お一人とも足が不自由なので、往診に来てくださるのはとても助かると喜んでいきます。

### ご家族の方向けの 口腔ケアの勉強会 実現に向けて

さらに、デイサービスのときだけでなく、ご家庭での口腔ケアも見直していただきたいと思っています。お口のことまで気が回らないとおっしゃる方も多いのですが、歯が悪くてお食事ができない↓体力が衰える↓活動意欲が低下する↓認知症が悪化する、ということもあるのですから。

そこで、ご家族の方にもぜひ勉強会に参加していただきたいのですが、現実問題として、認知症の利用者を自宅に一人きりにして外出できないということがあります。デイケアと一緒に来ていただくにしても、送迎や会場となるスペースの問題があり、サービス提供時間内に組むということは意外と難しいのです。

このあたりをなんとかクリアして、ご家族も参加しやすい勉強会を設定できればと思っています。

## 今日から始める、簡単お口のケア! アドバイス

### 高齢者の脱水症状

年をとるにつれて、感覚器官も衰え、のどの渇きを感じにくくなります。また、体内に蓄えている水分量も若い頃に比べて少ないので、水分補給をしないとすぐに脱水症状を起します。

脱水症状が起ると、微熱が続いたり、血液がドロドロになったりし、脳梗塞や心筋梗塞の危険性も高まります。

自分ではのどが渇いたという感覚がないので発見が遅れ、気がついたら意識がもうろうとしていた、なんてことにもなりかねません。皮膚をつまんで戻りが遅いときは重症です。脱水症状があるときは、電解質の含まれたスポーツドリンクなどをとりまします。

脱水を起こさないためには、普段から1日1000cc程度の水分補給が理想的です。1日に数回、少量ずつこまめにとるように心がけましょう。お茶や水だけでなく、食事に汁物をつけたり、プリン、ヨーグルト、ゼリーなどから水分をとることもできます。