



# 訪問歯科診療ニュース

# カムカム通信

「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。

2015.01  
Vol.

120

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 (5297) 5073  
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

「ベストケアデイサービスセンター香椎下原（福岡県）では、これまで口腔機能向上サービスを利用者様に提供してきましたが、『お口の健康相談会』を行ったことで、さらに充実したサービスに向けての手応えを感じています。

### 口腔機能向上サービスで 元気な老後をサポート



ベストケアデイサービスセンター  
香椎下原  
所長  
谷山八さん

私たち「ベストケア」では、利用者様全員に口腔機能向上サービスを提供させていただき、健康管理を行っています。セルフプログラムや看護師による定期的なチェックなどを取り入れてきました。

今回、日本訪問歯科協会から『お口の健康相談会』のお話をい

ただ、これまで歯科の専門家によるチェックなどはなかなかできていなかったため、口腔機能向上サービスをさらに充実させるきっかけになればと思い、実施しました。

### 人数オーバーするほど

### 『相談会』は大盛況

『お口の健康相談会』には歯医者さんと歯科衛生士さんが来ていただきました。歯医者さんに見てもらえるチャンスとあって、利用者様もスタッフもとても楽しみにしていました。ほとんどの利用者様が参加を希望されて人数オーバーとなつてしまいましたが、先生は一人ひとりについていねいに対応してくださいました。

『相談会』の結果は、略式カルテのような報告書にまとめてくださったので、利用者様やご家族の方にも見ていただきました。義歯に問題があるところ指摘いただいた利

用者様は後日、歯医者さんに行ったり、ケアマネジャーさんを通じて訪問歯科診療を受けられた方もいらっしゃいました。

今回、お口の状態をみていただく機会ができて、本当にありがたいことだと感じました。

### 『相談会』の後は

### 利用者様もケアに前向きに

食後の歯みがきなどの口腔ケアは以前から行っていました。『相談会』の後は、それまであまり積極的に行っていなかった利用者様も興味をもって、口腔プログラムに取り組んでくださるようになりました。

『お口の健康相談会』は、ぜひこれからも定期的なイベントとして取り入れていきたいと思えます。

利用者様のお口の状態を専門的にみていただくことで、歯科の治療をおすすめしたり、訪問歯科をご紹介したりなど、私たちからのご提案させていただくことができそうです。

これからも、口腔機能向上サービスを行うことで、食べることの楽しみや元気な老後をサポートし、利用者様の人生に関わっている責任を感じて関わらせていただきたいと思います。

今日から始める、簡単お口のケア!

### アドバイス

### 呼吸とトラブル(1)

私たちは普段、鼻や口を使って無意識に息を吸ったり吐いたりしています。人間は本来は鼻で呼吸をする動物で、乳児はすべて鼻呼吸を行っています。しかし、風邪や鼻炎による鼻づまりなどをきっかけに口呼吸をするようになると、口からのほうが空気を多く取り込めるため、口呼吸が中心になりがち。けれども口呼吸は、さまざまなトラブルの原因になります。

●むし歯や歯周病の原因に  
口呼吸では口の中が乾燥して唾液の分泌量が減り、自浄効果が低下することによって、むし歯や歯周病になったり口臭が強くなったりします。歯の表面も乾燥するので、汚れが付きやすく、落ちにくくなります。

●睡眠時無呼吸症候群の原因に  
口で呼吸をしやすいように舌の位置が後方になるため、睡眠時に力が抜けると気道をふさぎ、睡眠時無呼吸症候群になりやすいと言われています。

●風邪をひきやすくなる

鼻呼吸では鼻の粘膜が空気中の雑菌やウイルスをカットしますが、口呼吸では直接、体内に入るため、風邪などの感染症にかかりやすくなります。

●ほうれい線や口のたるみも  
口呼吸で常に口を開けていると、口を閉じるために必要な口輪筋が衰えるため、ほうれい線やたるみの原因にもなります。