



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

2012.08
Vol.

98

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

「デイサービスセンターさくらんぼ八丁堀ケアセンター」(広島県広島市)では、「お口の健康相談会」が行ったことが、利用者様にもご家族の方にもお口の状態を知っていただくよいきっかけになりました。

「お口の健康相談会」の 次回開催が利用者様の モチベーションに



デイサービスセンターさくらんぼ
八丁堀ケアセンター
管理者 原岡 力さん
看護師 渡辺真知子さん

これまで、お口のケアはどうしてもなおざりになっていた部分かもしれません。利用者様も、「うがいをしていけばいいだろう」くらいに思っている人もいたでしょうし、デイサービスで食後の歯磨きの声かけをしても、やっただけでいいのわかっていない方が多かったですように感じています。

利用者様もご家族も
問題点に気づくきっかけに

今回、日本訪問歯科協会の協力で「お口の健康相談会」を実施し、口や歯の健康や、入れ歯洗浄の大切さなどを専門家である歯医者さんに直接話を聞く機会がありました。自分のお口の状態を見てもらい、問題点などに気づいていただくよいきっかけになりました。

利用者様の中には認知症の方で、相談会で先生に受けた指摘を忘れてしまったかもしれません。けれども、相談会の結果は歯科医師がきちんと書面にまとめてくださったので、それをご家族の方に提示することができ、利用者様の今のお口の状況をj知っていただけたことも大きな成果でした。

次の相談会で がんばった成果を見せたい

『お口の健康相談会』の参加者は20人弱と予想外の人数の多さで、大好評でした。これまでも食後のうがいや歯磨きの声かけはしていましたが、『相談会』後

には洗面所に向かわれる方が明らかに増えました。先生のお話を聞き、うがいをしてみよう、お口をきれいにしようという意識が出てきたようです。

参加された利用者様から、先生に教えてもらったうがいや歯磨きをがんばって自分でも努力するので、もう一度先生に来てもらって成果をみてほしいという前向きな声も聞かれました。

その後、2名の方が訪問歯科診療を受けています。認知症の方の中には、歯科医院に向いて診察台に座ることに大きな不安を感じると思います。しかし、自分の慣れた自宅環境に歯医者さんが来てくれるのですから、だいぶ安心できるのではないのでしょうか。ご家族も喜んでいらっ

しゃいました。うがいや歯磨きの声かけをしたり、口腔体操をみんなで実行したりして、私たちも取り組んできました。日々の業務の中で、お一人お一人のお口の状況を細かく確認するのは限界がありま

すし、トラブルに対応するためには、職員の技術ももっと高めていかなければなりません。『お口の健康相談会』はさまざまな面でもよいきっかけづくりになったので、今後ぜひ定期的に実施していきたいと考えています。

電動歯ブラシ活用法

むし歯や歯周病予防のためのブラークコントロール(歯石除去)の手段として、電動歯ブラシがあります。手磨き用の普通の歯ブラシよりも重い、値段が高いなどのデメリットがある一方で、手磨きの半分の時間で手磨き以上の爽快感が得られる、毛先が歯肉のきわに入り込んでしっかりと磨けるなどのメリットもあります。

電動歯ブラシにはブラシの動きや機能によっていくつかのタイプがありますので、自分に合ったものを選ぶようにしましょう。

● 電動歯ブラシのタイプ

● 従来型電動歯ブラシ
ブラシヘッド全体が電気で縦や横に振動するタイプや、回転するタイプなどです。毎分3000〜7000回くらいで毛先が運動します。

● 音波歯ブラシ

従来型電動歯ブラシよりも高速で、毛先が毎分3万回(3000回)の高速で振動します。

● 超音波歯ブラシ

ブラシの内部に超音波発生装置が内蔵されています。振動は微弱ですが、音波よりも高い超音波の力で、細菌のつなかりを断ちきり、歯の表面からプラークをはがれやすくします。

電動歯ブラシでの歯磨きに研磨剤入りの歯磨き粉を使用すると、電動の力で歯の表面が削れてしまうこともあるので、電動歯ブラシ用のものを使用しましょう。