



カムカム

訪問歯科診療ニュース

「カムカム通信」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

2007.07
Vol.

44

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

利用者様に笑顔やいきいきとした表情が戻ってくることを目的にケアを提供している「筑波メディカルセンター デイクエアクリニックふれあい」(茨城県つくば市)では、そのためにも口腔ケアが大切だということをお話しました。

いきいきとした表情を保つためにも
口腔ケアは大切



筑波メディカルセンター
デイクエアクリニックふれあい
門脇靖子さん

私 たち「筑波メディカルセンター
デイクエアクリニックふれあい」
の利用者様の中には嚥下障害の
方もいらっしゃいますので、口腔ケ
アの重要性を認識していましたし、
関心ももっていました。

そんなときにタイミングよく
日本訪問歯科協会から歯科検
診のお話をいただき、さっそくお
願いました。

検診を受けるまでは、歯がな
くてもあまり不自由を感じてい
らっしゃらなかったり、何十年も
入れ歯をはずしたことがなかつた

りなど、自分のお口の中がどんな
ふうになっているのかわからない
という方が案外多かったのですが、
検診で自分のお口のトラブルを
認識されたようです。

専門家からのお話の 説得力は大きい

これまで、私たちも利用者様に
「お口が汚れていると肺炎の原因
になりますよ」「自分の口で食べ
られなくなると、栄養状態が悪
くなりますよ」などとお話して
いましたが、利用者様はどこかで
「他人事」「自分には関係ない」
と思っていたらしく、一般論として
しか聞き入れてもらえなかったよ
うです。

それが歯科の先生から、「あな
たの歯が……」と言われれば、自
覚せざるを得ません。「80歳でこ
んなに歯が残っているなんてすご
いですね」とほめられればうれし
いですし、「歯みがきのおかげです

よ」と言われればもつとがんばら
うという気になりますし、「入れ
歯をもう少しきれいにしたほうが
いいですね」と言われれば、お手入
れしようと思えますよ。

やはり専門家からのアドバイス
はとても説得力があるので、よい
意識づけになったようです。

また検診をやりましようかと
尋ねたら、みなさん喜んで次も参
加すると言ってくれたので、
歯科検診は定期的に続けたいと
思います。

いくつになっても 若々しくいたいから

私自身も歯を治療し、歯の大
切さが身にしみてわかったので、
利用者様も一本でも歯を多く残
せるようにがんばっていたきたい
と思います。

歯があるのとないのでは美容
の面でも差が出てきます。歯が抜
けてくると口元がたるんでくるの
で穏やかでやさしい顔つきにはな
りませんが、いきいきとした表情で
はなくなってしまう。

歯があればしっかりと食べられる
ので体力がついて健康も維持でき
ますし、表情もいきいきします。

年寄りには年寄りらしくではなく、
いくつになっても若々しくいきいき
とした表情で、健康でいてほしい
ので、そのためにも口腔ケアは大
切だと考えています。

今日から始める、簡単お口のケア! アドバイス

嚥下機能の重要性(1)

加齢とともに 嚥下機能は低下する

物を飲み込む動作はふだんは
意識せずに行っています。舌や
のどなどが巧みに連動して食道
から胃の中へと送り込んでいます。
加齢とともに物を飲み込む嚥
下機能も低下するため、うまく飲
み込めなくなったり、気管や肺へ
と流れてしまう嚥下障害が起こつ
たりします。

嚥下障害になると、栄養を十
分に摂取できずに栄養失調にな
ったり、「誤嚥性肺炎」などの病
気にかかりやすくなったりするの
で、健康を維持するためには、嚥
下機能の低下を防ぐことも大切
です。

嚥下機能が低下する原因

- 歯が弱り、噛む力が低下
- 唾液の量が減る
- あごやほお、のどなどの筋力の低下
- 粘膜の知覚や味覚の低下
- 注意力や集中力の低下
- 脳卒中や認知症による障害など