



# 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。

2015.05  
Vol.

123

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

デイサービスセンター「リ・ボーン広台太田」(神奈川県)では、今回初めて『お口の健康相談会』を実施しました。やる前は大変そうに思えたものの、いざやってみると進行はスムーズで、利用者様も治療やケアに前向きになり、大きな手応えを感じました。

### 先生からの言葉がけで治療もケアも前向きに



「リ・ボーン」は介護保険制度  
リ・ボーン広台太田  
准看護師  
図師さほりさん

「リ・ボーン」は介護保険制度された方々に向けて、介護予防介護重症化防止の運動を専門としてリハビリ型のデイサービスです。口腔機能の低下防止のために看護師が口腔ケアの指導などを行っています。利用者様のお口が汚れているかどうかはわかっても、専門家ではないのでそれ以上のことまでは把握しきれずにいました。

そんなときに『お口の健康相談会』を実施することに。歯医者さんにお口の隅々までみていただくよい機会となりましたし、私たちも勉強になりました。

**訪問歯科を受けるなら相談会の先生がいい!**

歯医者さんに行きたくても自分で通院できない利用者様は、『お口の健康相談会』は心待ちにしていたようです。

相談会に来てくださった歯医者さんとはとてもやさしい先生でしたが、にこにこしながら「お口の中が汚いですね」と、はつきりと利用者様に言うていただきました。言いにくいことですが、専門家の目でやさしく言うてくださったので、利用者様も納得していました。

訪問歯科の存在を知らなかった利用者様も多かったのですが、後日、「訪問歯科を受けるなら、リ・

ボーンでみてもらった先生がいい」という声がたくさん聞かれました。

**結果票には治療面だけでなくほめ言葉もいっぱい!**

相談会の結果は書面でもいただきましたが、「要治療」の中でも早めに治療が必要な方に対しては「早急に」ということを別枠でお知らせいただいたので、私たちも早く対応できました。私たちが通院を勧めても二の足を踏んでいた方も、先生に言うていただき治療に前向きになれたようです。

また、歯みがきがしっかりできていた方にはほめてくださるコメントが書かれていて、今後がんばろうという気持ちになれる、とてもよい言葉かけだと思いました。

『お口の健康相談会』は今回が初めてでしたが、当日、私たちは利用者様を誘導するだけで、歯医者さんのほうで手際よくやってくくださったので助かりました。

デイサービスでは時間も限られていますし、こなしているプログラムもたくさんあるので、その中で相談会をやるのは大変ではないかと思っていたのですが、とてもスムーズにできましたし、大きな効果も得られたので、本当にやってみようかと思えました。

**今日から始める、簡単お口のケア!**  
アドバイス

**高齢者と低栄養(1)**

元気に自立した生活を送るためには、栄養バランスのよい食事をしっかりと食べて、体力をつけて健康を維持することが大切です。けれども、食欲の低下や偏食などによって栄養が不足すると、自分でも気づかないうちに「低栄養」の状態になることがあります。60歳以上の人の5人に1人が低栄養だという調査結果も報告されています。

●低栄養の原因

- ・ 粗食志向 / 粗食のほうが健康によいというイメージから肉類などのタンパク質や油脂類などを敬遠する傾向にあります。
- ・ 活動量の低下 / 活動量が減ると、お腹があまり減らずに食事が少なくなります。
- ・ 消化機能の低下 / 消化液の分泌が減少すると、消化吸収が悪くなります。また、腸の運動が低下して便秘がちになります。
- ・ 膨満感や食欲不振になります。
- ・ 味覚の低下 / 甘みや塩味などの感覚が低下するため、味付けが濃くなって味に飽きてしまいます。
- ・ 咀嚼力や嚥下力の低下 / 嚙む力や飲み込む力が低下すると、歯ごたえのある肉や繊維質の多い野菜などを避けるようになります。
- ・ お口のトラブル / むし歯、入れ歯の不具合、歯の欠損などがあると、やわらかい食品を好むようになります。