



# 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。

2016.04 Vol. 131

**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  
ユニゾ神田西福田町ビル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

「株式会社彩香らんど（埼玉県）では、『お口の健康相談会』の結果がお口の状態を見直す決め手となり、訪問歯科へとつながった利用者様が何人もいらっしやいます。

## お口の健康相談会の結果が訪問歯科の説得力に



株式会社彩香らんど  
通所介護係長  
森 知恵美さん  
支援事業係介護支援専門員  
佐藤純子さん

## 健康相談会の後は自ら進んでブラッシング

2015年11月に『お口の健康相談会』を行いました。初めてでしたが、歯医者さんも歯科衛生士さんとても親身になって利用者様に語りかけてくださり、上手にみていただきました。お口の中はこれまでなかなか

意識が回らないのが現状でしたが、相談会が終わった後は、利用者様の意識が高まりました。当施設では以前から口腔機能向上加算に取り組んでいましたが、相談会後は加算を取っていない方も歯ブラシを持参され、ブラッシングする光景が見られるようになりました。

これまで、お口の中はご本人もご家族も見過ごすことが多かったのですが、相談会の後に、入れ歯が合わなくなったので、訪問歯科をお願いしたいという要望があり、すぐにケアマネジャーさんに情報提供させていただきました。これも、大きな変化だと思えます。

## 女性の先生だから安心して気軽に相談できる

デイサービスで『お口の健康相談会』を行った後で、利用者様からの要望で、訪問歯科を利用されている方がいらっしやいます。歯に問題がある方にはこれま

で、私たちケアマネのほうからも、訪問歯科をお勧めしていましたが、「必要ありません」と断られることもよくあります。けれども、相談会ではその結果をきちんと報告書にしてもらえるので、それを見てご本人もご家族もお口の状態を知ることができ、「それならば」と訪問歯科を申し込まれました。

相談会の結果などに基づいて訪問歯科をお勧めすると、やはり説得力が違います。私としても利用者様のお口の状態を知ることができ、ご家族の方も喜んでくださいます。

ある方のケースでは、訪問歯科を受けたことで、あると思っていたところに実は歯がなかったことが発覚！ ご家族の方も気づいていらっしやなくて、だから食欲がなかったのかということがわかったとおっしゃっていました。私自身も改めて口腔ケアの大切さを感じました。

『お口の健康相談会』と訪問歯科をやったくださるサン歯科の秋本先生は女性なので、安心していろいろなお話ができます。ケアマネとしても気軽に質問ができ、先生もいねいに説明してくださるので、サン歯科さんをご紹介することが多いのですが、ご家族の方にも「女性の先生で良かった」と言われました。

## 今日から始める、簡単お口のケア！ ナイトブラドバイス

### 寝起きの口臭

口臭は、生活習慣や食べ物、体調や時間帯によっても変化します。その中でも、起床時や空腹時、緊張時、疲労時などに感じる口臭を「生理的口臭」と言います。

特に朝起きた口臭は「モーニングブレス」と呼ばれる誰にでも起こるもので、1日の中で最も強い口臭です。朝、口の中がネバネバしているのは、寝ている間は唾液の分泌が減るために、雑菌を洗い流す作用が弱まって繁殖しやすくなるためです。

夜、寝る前に歯みがきをして、起きたときに口臭が気になる場合は、睡眠中に口呼吸になっている可能性があります。ただでさえ、睡眠中は唾液の分泌が減っているのに、口を開けて呼吸をすれば、口の中がさらに乾燥してしまい、雑菌がより増殖しやすくなります。

また、前の晩にたくさんお酒を飲んだり、寝酒をした場合にも口臭がきつくなります。お酒を飲むと体が温まりますが、これはアルコールは体内で分解されるときに水分を多く使うためです。就寝中も口が乾き、唾液の分泌が減る原因となります。他にも、歯はみがいていても舌が汚れていたり、むし歯があったりする場合にも口臭が強くなります。

夜寝る前には、歯みがきと舌の掃除をしっかり行いましょう。