



カムカム 歯通信

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。

2017.01
Vol. 135

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

「SOMPOケアハッピーデイズ船堀」(東京都)では、初めてのスタッフ向けの研修として、口腔ケアの勉強会を行いました。たくさん質問も飛びだして大いに盛り上がり、有意義な時間となったようです。

歯ブラシ1本のお話で 大盛り上がりの勉強会



■SOMPOケアハッピーデイズ船堀 管理者 大橋可奈美さん

2015年10月に、当施設がオープンして丸1年になりました。これまでスタッフの研修などをしたことがなかったので、知識やスキルのレベルアップにつなぐべしと思いき、スタッフ向けの勉強会と、利用者様向けの『お口の健康相談会』を行いました。

初めて介護に携わるスタッフも多く、お口のことは毎日の食後のケアにも関わることなので、専門

の先生に直接お話を聞けることはよい機会になりました。

『勉強会』は楽しく 『相談会』はやさしく

外部から講師を招いての勉強会は初めてだったので、最初はスタッフも少し緊張していましたが、歯ブラシの使い方などいろいろと細かいことで気づきがあり、とても勉強になりました。内容もわかりやすく、スタッフからの質問もたくさん出て、歯ブラシ1本であるそこまで盛り上がりとは思いませんでした。とても有意義な時間となりました。

勉強会には、男性の院長先生に来ていただき、楽しく盛り上げていただきました。利用者様向けの『お口の健康相談会』には、女性の先生が来ていただきましたが、やさしい雰囲気、利用者様も安心していたようです。お二人の先生方には感謝しています。

口腔ケアは利用者様との コミュニケーションツールの

勉強会の後は、スタッフの口腔ケアに対する意識が変わりました。ブラッシングのお手伝いをするときに口腔内がよく見える姿勢を教えていただいたので、早速実践しているスタッフもいます。狭い洗面所の中でも、利用者様もスタッフも楽な姿勢でできるようにになりました。

これまでは、食後に歯磨きを行うという単純作業だったものが、利用者様お一人お一人に合わせてやり方を気にかけるようになってきています。口腔ケアは利用者様とのコミュニケーションツールの一つにもなっているようです。

スタッフの意識が変わり、もつといろいろなことが知りたいという気持ちが強くなっています。今回の勉強会は初回ということでもあり口腔ケアの入門編だったので、さらにより具体的な内容もお聞きしたいと思っています。

『相談会』についても、今回受けられなかったご家族の方からのお問い合わせもありました。

お口はごはんを食べる大事なところですから、勉強会も相談会も今後も継続してやっていきたいと思えます。

今日から始める、簡単お口のケア！ アドバイス

寝起きのドライマウス
ドライマウスは、常に口の中が潤っているように感じる症状です。普段は口の中が乾燥している感じがさほどしないのに、寝起きのときだけ乾燥しているように感じる場合も、ドライマウスの可能性があります。

●原因
寝る前にお酒を飲むと、アルコールを汗や尿とともに体の外に排出しようという利尿作用が働くため、体が脱水状態になり、唾液の分泌が減少してドライマウスを引き起こす原因になります。

●予防
寝る前の歯磨きでエタノール(アルコール)成分のある洗口剤を使っている場合も、アルコールの蒸発とともに口の中が乾燥しがちになります。また、寝起きの口の中の乾燥は、寝ているときに口呼吸になっっている可能性もあります。

●予防
ドライマウス予防のために、寝る前のお酒の飲み過ぎには注意しましょう。また、洗口剤はノンアルコールタイプのものを使うとよいでしょう。口呼吸になっっている場合は、睡眠時にマスクを着用することで、口の乾燥を防ぐことができます。マスクが息苦しく感じる場合は、鼻にかけずに口だけをおおうのでも効果がありません。