

# もりやま顔見え通信

第19号 平成28年9月2日



発行：守山顔の見える会

## 「第19回守山顔の見える会」が開催されました！

秋の夜長、虫の音が心地よい季節となりましたが、皆さんいかがお過ごしでしょうか。第19回目は、モリタ歯科医院 歯科衛生士 青木由美さんから、在宅での口腔ケアについてお話をいただきました。

グループワークでは、話が盛り上がり、活発な意見が飛び交いました。

【開催日】平成28年8月4日（木）18：15～19：45

【内容】学習会、グループワーク

【会場】すこやかセンター 3階 講習室

【参加者】医療関係者 21人、介護関係者 23人  
行政等 8人



合計 52人

## 学習会 「在宅での口腔ケアについて ～口腔ケアのポイントとは～」

### モリタ歯科医院 歯科衛生士 青木由美さん

お口の中の状態が悪くなると、食欲が落ち、要介護状態の重症化を招いたり、肺炎などの感染症の要因となることがあります。この悪循環に陥らないためには、お口の中の健康を保つことが大切です。

今回は、在宅における口腔ケアの実際を教えてくださいました！



### ★口から食べることの重要性★

- 体の活性化→「生きる気力」「活力」につながります
- 五感（視覚・嗅覚・触覚・聴覚・味覚）が刺激されます
- 唾液の分泌→「嚥下トレーニング」「自浄作用」が期待できます
- 大脳の活性化→咀嚼による味覚機能が向上します

### ★口腔ケアとは★

口腔清掃にリハビリテーションを加えたもの。摂食・嚥下機能の維持、改善を図ります。

- ①器質的口腔ケア（口の中を清潔にする）  
うがい、歯磨き、義歯の清掃、粘膜・舌の清掃
- ②機能的口腔ケア（口腔機能の維持、回復を図る）  
機能訓練、マッサージ

### 《効果》

- 口腔感覚、機能の維持向上
- 誤嚥性肺炎の予防
- 覚醒刺激

スポンジブラシや吸引ブラシなど、状態に合わせて選択します。



### ★口腔ケアの手順とポイント★

- ①口腔内の全体の観察  
→歯だけでなく全体を観察します。
- ②保湿  
→乾燥していると汚れを除去しにくく、専用ジェル等を使用します。
- ③粘膜の清掃  
→食べかす等の汚れを除去します。
- ④歯の清掃  
→歯と歯の間、歯肉との境の歯垢も除去します。
- ⑤保湿ケア  
→口腔内の潤いを維持します。
- ⑥義歯の清掃  
→義歯の汚れを除去します。
- ⑦機能リハビリ  
→機能訓練、マッサージをします。

**その後、グループで話し合いました。**  
**テーマ：在宅での口腔ケアに関して～日頃の業務の中で困っていること～、  
また、その解決策について**



デイサービス等に口腔ケア専門の人がいない。口腔ケアの時間もとれない。

口腔ケアのアセスメントは難しく、導入へのハードルが高く感じる。  
また、口腔ケアの技量にも個人差がある。  
皆で勉強して、それぞれが技術をマスターしていきたい。

口腔ケアの重要性について、本人、家族の認識が低いと感じることがある。

口腔内が気になる人がいるが、ケアプランに入っていないため、どこまで口腔ケアをしているかわからない。  
多職種との連携を図りたい。

他の支援やサービスが優先され、口腔ケアは後回しになりがち。  
本人、家族、ケアマネジャーと連携を図りたい。

口の中を見せていただくことは、意外に嫌がられてしまう。  
特に認知症の方の口腔ケアは、コミュニケーションを大切にし、順序立てて行いたい。



服用している薬の中に、唾液の分泌が少なくなるものがある。

訪問歯科診療の相談をどこに繋いでいいかわからない。  
歯周病検診等も含めて、周知啓発してほしい。



～ 感想 ～

- 実際の現場で役立つ内容を聴けてよかったです。本日の内容を伝達していきたいと思えます。
- 口腔ケアの重要性はわかっているのに、実際のケアプランにまで上げられていなかったことに気づき、反省しました。認識を改める良い機会になりました。
- それぞれの立場、経験から日頃感じておられることなどを聞いてよかったです。

などの感想をいただきました。

～次回ののお知らせ～ \*次回は、第2木曜日開催です。

第20回 平成28年10月13日(木) 18:15~19:45 すこやかセンター3階講習室  
学習会 「服薬確認について(仮)」  
ふれあい薬局 薬剤師 鈴木 文子さんにお話しいただきます。

多くの方にご参加いただき、ありがとうございます。次回もたくさんのご参加をお待ちしています。

問い合わせ：事務局 守山市健康福祉部 在宅医療・介護連携サポートセンター

TEL：581-0340 FAX：581-0203