

# たるみ歯科通信

2018年9月号 No.93

こんにちは、歯科衛生士の八木です。

日中はまだ暑い日が続いておりますが、朝晩は過ごしやすくなりましたね。

皆さま、夏休みはいかがお過ごしでしたか？

私はようやく子どもの夏休みが終わってホッとしています。

これから始まる運動会の練習も

毎日元気に乗り切りたいものです。



さて今回の通信は、『高齢者の口腔ケア』についてお話しします。

昨年末に近隣に新設された介護付有料老人ホームからの依頼を受けて、今年の初めから、施設の希望者を対象に「口腔ケア」「入れ歯の作製・修理・調整」などの訪問診療を始めました。

日々の診療に出来るだけ支障のないように、週に一日、医院の昼休みの時間を使って数人のスタッフで施設を訪問しています。

年を重ねるにつれて「噛む」「飲み込む」「呼吸する」「話す」「表情をつくる」などのお口の機能全般が少しずつ衰えていきます。

そこで、適切な口腔ケアを行なってお口の中の環境が改善できると、

うまく飲み込めずに気管に入った食べ物や

唾液の中の細菌が肺に入って起こる

**誤嚥性肺炎の予防**にもつながります。

さらに口腔ケアを通じて口腔機能が向上して

しっかり食事を摂れるようになると、

**体も元気になって、気持ちも充実していきます。**



実際に訪問診療時に口腔ケアでよく使用している  
“スポンジブラシ”をご紹介します。



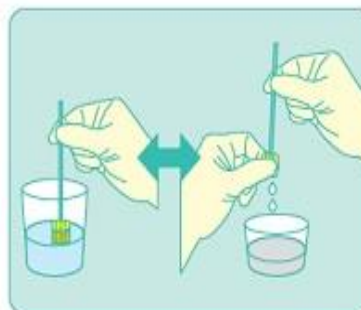
①スポンジブラシを水などで湿らせ



②スポンジブラシを固くしぼり、水分を



③スポンジブラシを回転させ、口腔内の汚れを巻き取りながら清拭します。



④異なるコップを使用して、巻き取った汚れを適宜洗い落としながら清掃します。



⑤保湿剤をスポンジブラシになじませ、口腔粘膜に塗布します。



ご高齢の方にとって、「お口の環境を良くすること」は  
充実した毎日を過ごすために、とても大切なことです。

## お知らせ

☆ 矯正診療日は **20日(木)の午後** です。

☆ **21日(金)の午前** は院内研修のため休診といたします。

