



皆さん、こんにちは！いかがお過ごしですか？
 津谷歯科医院、院長の津谷良です。

平成25年8月に厚生労働省が発表した「国民の健康寿命が延伸する社会に向けた予防・健康管理に関する取り組みの推進」の中に、口腔ケアによって高齢者の肺炎を予防すると明記されています。口腔内の細菌数を減らすことで4割の肺炎を予防できるからです。とは言っても、患者さんの状態によって口腔ケアの方法も様々です。そこで今回は、『経管栄養等の方の口腔ケア』をご紹介します。口から食事を摂取できなくなるのは、摂食嚥下機能に障害のある場合ですが、主な原因疾患は脳血管障害、認知症、神経筋疾患等で、介護が必要となる原因とほぼ同じです。その他に、誤嚥性肺炎を繰り返す方も、経管栄養や胃ろうの処置が必要なケースがあります。



療養型施設では1/3の方は経管栄養！
 重度の寝たきり要介護者では、口から食事を摂れないことが多く、介護療養型医療施設では36.8%、在宅では12.4%の方が経管栄養又は胃ろうです。（下表）

	特養	老健	介護療養型 医療施設	在宅
経管栄養 胃ろう	10.7%	7.3%	36.8%	12.4%

平成22年「医療施設・介護施設の利用者に関する横断調査」
 経口摂取が途絶えているため①口腔内が乾燥している②舌苔が強固に付着している③口の粘膜細胞を含む垢がかさぶた状の汚れとなりいたるところに付着している等の特徴があり、肺炎になりやすい不衛生な状態にあります。乾燥した粘膜は敏感で出血しやすいので、口腔清掃が難しい状態と言えます。

口腔保湿ジェルを使おう！

口腔清掃をする時に、かさぶた様の汚れは、はがせるのですが、その下の粘膜面を傷つけることが多いので、口腔保湿ジェルの使用をおすすめします。使い方はスポンジブラシを使って口腔内に薄く延ばすよう

に塗布します。2～3分するとかさぶた様の汚れに、保湿ジェルが浸透して、粘膜を傷つけることなく安全で容易にはがせるようになります。この際、誤嚥をしないように奥から手前に除去するようにして下さい。同様に舌苔も一度ジェルで湿らせてから、スポンジブラシで軽くこすれば簡単に除去します。

口腔ケア後は、汚染物を含むジェルの誤嚥を防ぐために、しっかりとジェルを拭き取ることが重要です。そして仕上げとして再度保湿ジェルを塗布すれば、粘膜面の乾燥はかなり改善されます。乾燥を防ぐことによって、舌痛症、口腔カンジダ症、薬剤の副作用によるドライマウスの改善・予防にもつながります。少し粘り気のあるジェルは、水を用いる場合と比較して、喉へのたれ込みが少なく、誤嚥しにくい口腔ケア方法です。



◆ 経管栄養・胃ろう方の口腔ケアには口腔保湿ジェルを使用しましょう ◆

口腔ケア新聞の発行にあたって 
 ここ数年、外来患者さんやそのご家族から訪問診療のお問い合わせやご依頼を受けるケースがとて増えてきました。小さなご病気されてしまったことがキッカケで、寝たきりになってしまわれたりして、「いつもお元気でいいですね」と話をしていたのに……。そんなことが続いたので、これは本格的に訪問診療に取り組まなければいけないかなって、強く思うようになりました。
 そこで取り組みの一環として、要介護者の歯と口に関する情報を地域の介護に携わっている方にお届けしようと考え、口腔ケア新聞を毎月1回発行しています。

津谷歯科医院

診療時間 9:00～12:30/14:00～18:30
 (土曜日は16:30まで)
 診療科目 歯科 小児歯科
 休診日 木曜・日曜・祝祭日
 院長 津谷 良
 岡山市中区海吉 1807-14