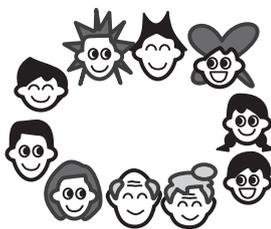


津谷歯科医院 口腔ケア新聞

NPO法人
訪問歯科診療
を広める会
賛助会員



令和7年4月号

発行人 津谷歯科医院

院長 津谷良

住所 岡山市中区海吉1807-14

紙面に関するお問い合わせは下記まで

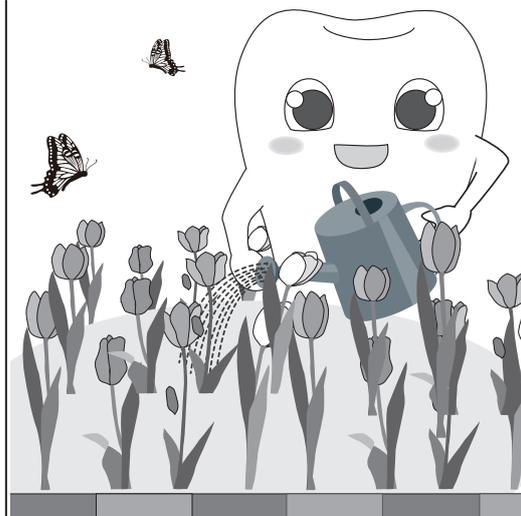
電話: 0120-779-418

配信代行: 訪問歯科診療を広める会

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。

寝たきりの予防には、筋力の維持・増強が必要で、十分な栄養の摂取が欠かせませんが、口腔機能の低下は摂食や嚥下に支障をきたし低栄養の原因となります。また低栄養が継続すると免疫力が低下して、易感染状態となり肺炎や尿路感染症等によって入院リスクが高くなります。要介護の方にとっての入院は、筋力低下や精神面への負担が大きく、退院時にはしばしばさらなる身体機能の低下を招きます。要介護の方の入院予防は、介護サービスを利用しながら在宅療養の継続を可能にして、ご本人やご家族の負担軽減だけでなく、社会保障費の削減にもなります。そのためにも口腔機能の管理は大変重要です。今月は、『口腔機能のチェックリスト』についてご紹介します。



1. 高齢者の口腔機能チェックリスト

『基本チェックリスト』は65歳以上の方を対象に、行政窓口等で介護予防のチェックの際に活用されています。介護の原因となりやすい生活機能低下の危険性がないかという視点から、運動・口腔・栄養・物忘れ・うつ症状・閉じこもり等の全25項目について「はい」「いいえ」で回答する質問表です。この中で口腔に関連する質問は13～15の咀嚼・嚥下・口腔乾燥に関する3項目で、2項目以上該当する場合を口腔機能低下の疑いありと判定します。

- | | |
|-------------------------------|--|
| 13. 半年前と比べて固いものが食べにくくなった (咀嚼) | |
| 14. お茶や汁物がむせることがある (嚥下) | |
| 15. 口の渇きが気になる (口腔乾燥) | |

2. 要支援・要介護の方の口腔機能チェックリスト

介護の現場で使用されている口腔機能チェックリストは自治体が独自に作成しているもの等、多くの種類がありますが、上記の3項目に口腔衛生を加え、複数の聞き方をしてスクリーニングできるようにしています。下記は口腔機能向上サービスの際に用いられる口腔機能自己チェックリストです。咀嚼・嚥下・

口腔乾燥・口腔衛生の4項目の状態をチェックできるものです。ある施設で55名の要介護の方に実施してもらい、該当していた割合を右側に示しました。いかがでしょうか? 想像しているよりも口腔機能が低下していることに驚いたかと思えます。

① 固いものが食べにくい (咀嚼)	58.2%
② お茶や汁物等でむせる (嚥下)	30.9%
③ 口がかわきやすい (口腔乾燥)	56.4%
④ 薬が飲み込みにくくなった (嚥下)	29.1%
⑤ 話す時、舌がひっかかる (口腔乾燥)	16.4%
⑥ 口臭が気になる (口腔衛生)	18.2%
⑦ 食事にかかる時間が長くなった (咀嚼)	38.2%
⑧ 薄味がわかりにくい (口腔衛生)	25.5%
⑨ 食べこぼしがある (嚥下)	38.2%
⑩ 口の中に食べ物が残りやすい (嚥下)	25.5%
⑪ 自分の歯又は入れ歯で左右の奥歯をしっかりと噛みしめられない (咀嚼)	47.3%

上記の口腔機能自己チェックリストは、厚労省のHPに掲載されています。入院予防のためにもご利用者様に実施してみたいかがでしょうか?

◆ チェックシートを活用して口腔機能の状態をスクリーニングしてみましょう ◆

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。」って話をしていたのに…。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

☎ 0120-779-418 FAX 0120-779-413