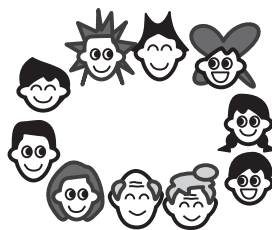


津谷歯科医院 口腔ケア新聞

NPO法人
訪問歯科診療
を広める会
賛助会員



令和7年7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

紙面に關するお問い合わせは下記まで

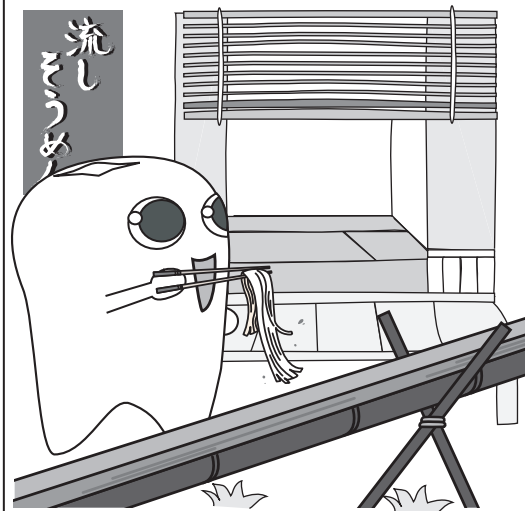
電話：0120-779-418

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。

在宅医療に取り組んでいる(医)悠翔会で自院の患者を分析したところ、在宅療養している要介護者が緊急入院する原因の半数は肺炎関連、次に多いのは骨折で、入院した方について肺炎で3割、骨折で1割の方が入院中に亡くなり、退院できた方でも肺炎で+1.75、骨折では+1.54も要介護度が悪化していたそうです。入院は臥床により身体や認知等の機能が低下することが知られていますが、低栄養の要介護者にとっては「入院できたから安心」ではなく「入院そのものがリスク」であり、在宅療養中から低栄養には介入すべきであると注意喚起しています。高齢者の嚥下障害は低栄養の主な原因の一つです。そこで今月は「嚥下障害のチェックリスト」についてご紹介します。



1. 「むせる」「飲み込みにくい」等の違和感
在宅療養している要介護者が必要な食事量を摂取できていない場合、免疫力の低下、転倒、骨折、慢性疾患の悪化等、入院や死亡のリスクが高まることが明らかとなっています。低栄養になる原因は、食事内容の偏り、消化機能の低下、咀嚼の機能低下、嚥下障害等があり、重複していることも少なくありません。また一人で食事をする孤食により食べる楽しみが低下し、食事量が減って低栄養につながることもあります。中でも「むせ」や「飲み込みにくさ」等の嚥下に関する違和感、在宅療養者の半数以上に認められるもので、早期に発見し、対応することが求められます。

2. 嚥下機能チェックシートの活用
要介護の方が違和感を感じていても、嚥下に問題があり、改善できる可能性があることに気付くことはできませんので、介護者による支援が必要になります。医療機関では、嚥下機能を評価する場合、最初に「聖隷式」や「EAT-10」のヒアリングシートを用いてスクリーニングしています。これらはご本人やご家族に質問形式で回答してもらうものです。これらを

元に質問数を減らした下記のチェックシートなら、介護の現場でも活用いただけると思います。

嚥下障害チェックシート

- ☐ 食事中や汁物でむせることがある
- ☐ 飲み込みに苦労することがある
- ☐ 硬い物が食べにくくなった
- ☐ 声がかすれてきた（ガラガラ声・かすれ声）
- ☐ 食べるのが遅くなった（又は量が減った）
- ☐ やせてきた（1ヵ月で5%、半年で10%）

該当するものがあれば、低栄養だけでなく誤嚥性肺炎や脱水、窒息等のリスクもありますので、早めに専門医へご相談ください。

嚥下の問題については耳鼻咽喉科、リハビリテーション科、神経内科と並び、歯科でも対応している医院があります。特に歯科訪問診療に取り組んでいる医院では、嚥下の評価や軽度までの口腔リハビリテーションを実施していて、在宅療養している要介護高齢者の相談窓口となっています。

◆ 「むせ」「飲み込みにくい」は、食事量が減り低栄養となるリスクサインです ◆

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。」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