

口腔ケアハンドブック

お口の健康応援します



歯科保健推進会議
藤沢市保健所

介護に携わる皆様へ

誰もが「自分らしく天寿を全うしたい」と願っています。でも、残念ながら何かしらの原因で生活機能が低下して、誰かの支援（介護サービス）が必要となる人がいます。その上、全身状態や口腔機能の低下から「食べる」ことが上手くできなくなったり、お口の手入れが上手く出来なくなり肺炎を起こす人がいます。歯科保健推進会議では、平成19年度から、このような要介護高齢者に対する摂食・嚥下機能支援について取り組みを始めました。まずは、要介護高齢者の実態調査を行い、口や食べることへの支援を求めている人達が大勢いらっしゃる事がわかりましたので、お口の機能の維持向上に役立つ「お口の健口体操」普及リーフレットを作成配布しました。そしてこのたび、介護に携わる皆様に、お口の手入れの必要性と具体的な方法が手軽に現場で確認できる「口腔ケアハンドブック」を作成しました。お世話をする人が本ハンドブックを活用して「口腔ケア」を提供していただき、介護を受ける方が「きれいなお口で美味しく食事」を摂ることができ、QOLの向上につながることを願ってやみません。

歯科保健推進会議委員長 鈴木 聡行
藤沢市歯科医師会長

目次

- ・「口腔ケア」でこんな効果が！（体験談から）…………… 1
- ・気づいていますか？「お口の寝たきり」…………… 2
- ・「お口のお手入れは苦手！」という方…………… 4
- ・まずは高齢者のお口を体験してみましょう…………… 5
- ・口腔ケアの手順・方法…………… 6
- ・口腔ケアグッズの紹介…………… 14
- ・口腔ケア 手作りグッズの紹介…………… 15
- ・こんな時どうしたらいいの？…………… 16
マヒのある方が自分で磨く時／舌を常に動かして磨きにくい／気性が激しく
アプローチが難しい／経管栄養の方の口腔ケア／口腔乾燥がある／
歯磨きしようとする拒否する／認知症があり理解力が低下している／
歯ブラシが入ると咬んでしまう／入れ歯を入れない
- ・口腔ケアの成功談・失敗談…………… 20
- ・現場のスタッフ・ご家族へ 各担当者からのメッセージ…………… 21
- ・困った時の相談先一覧…………… 22
- ・参考資料…………… 24