



口腔ケアとは

要介護者に対する口腔ケアは、むし歯や歯周病などの歯科疾患の予防を目的としたものから、口腔の持つあらゆる働き（摂食、咀嚼、嚥下、構音、審美性、顔貌の形成）を健全に維持するものとして発展しています。さらに口腔ケアを実施することによる効果は、さまざまな感染症の予防に及ぶことが知られています。

口腔は温度が約37℃で湿度100%と微生物にとってはとても繁殖しやすい環境にあり、呼吸器感染症をはじめ、糖尿病や心疾患などの全身疾患の発症と密接

に関係しています。

ですから、口腔機能を上向させる口腔ケアは、生活の質を維持するだけでなく種々の疾患の予防や介護予防にとっても必要不可欠なものとなっております。したがって口腔ケアは、単に食物残渣を除去したり、習慣的に行われている歯みがきを少し援助するものとは違って、微生物による感染予防を念頭に置いたものでなければなりません。

いつから

口腔ケアが必要か

要介護者が口腔ケアを必要とされるのは、口腔清掃の自立度が低下した時です。目安と

なるのは自立度の三つの構成要素である「歯みがき」「義歯の着脱」「うがい」が十分にできなくなることです。これらがあるそかになると、口腔環境は一気に悪化し、何らかの適切な対応が行われない限り改善されることはありません。

口腔ケアの担い手は

ではこの時口腔ケアの担い手とされるのは誰でしょうか？ 口の中のことだから歯科医師や歯科衛生士かと思われかもしれませんが、そうではありません。なぜなら、口腔ケアを必要としている人に最

も身近に接しているのは介護や看護をしている家族やヘルパー、看護師だからです。したがって、この方たちに口腔を診る力があり口腔ケアを実施していける能力があれば、介護を受ける人たちの口腔内環境は必ず改善されるでしょう。

口腔のどこに食物残渣が停滞しやすいのかを分かっていたら、その場所に目がいくでしょうし、口腔内の異常にも早く気が付いて速やかな対応ができるでしょう。口腔ケアを必要とする人に近い立場にいる周囲の人こそ、口腔を診る力が要求され、口の中を自由にさわれる能力が必要とされているのです。

口腔ケアは特に寝たきりの高齢者や介護の必要な方の生活の質を上向させると言われています。口腔の機能の維持が脳萎縮の予防にもなると言われ、今後ますますその需要は増えていくことになるでしょう。

（遠藤歯科医院）

