

令和2年度 鳥根県経口摂取支援研修会(Webex)

地域福祉部常任委員 青木 誠

令和3年2月14日に標記研修会が「使ってみよう！
介護者向け口腔ケアツール」というテーマで開催された。

序章 口腔ケアの押さえどころ！

一介護者向け口腔ケアツールの概要・口腔ケア時の感染予防等について一

鳥根県歯科医師会理事 井上幸夫

鳥根県経口摂取支援協議会（以下：協議会）代表の井上幸夫先生から研修会のあいさつを兼ねて協議会の趣旨と取組み、また「介護者向け口腔ケアツール」作成について以下の経緯の紹介があった。

- ・鳥根県からの業務委託
- ・平成30年度口腔機能維持管理研修事業
- ・高齢者の低栄養予防対策事業
- ・高齢者の介護現場で行う口腔ケアについて検討を行う
- ・多職種による検討会を行う
- ・鳥根県経口摂取支援協議会の場を活用する
- ・介護に携わる者が、フレイル・口腔機能低下の予防の視点から口腔ケアを行うために活用できる媒体を

作成する

協議会に参画する多職種、計13団体がツールの作成にあたった。このツールは本会ホームページより協議会→製作物→介護者向け口腔ケアツールからダウンロードができる（本年2月に歯科医師会会員には一部配布済み）。

今回、作成したツールが周知され多くの医療介護の現場で活用されるよう研修会を開催することとした。担当していただいた団体にツールにおけるポイントを説明してもらう。

この一年、新型コロナウイルス感染症のため医療・介護・生活・社会は一変したが全身や口腔の感染症問題は常時考えておく必要がある。

口腔ケアにおける予防対策、感染経路別対策について説明があった。

口腔ケア時の感染予防は基本的なことを守り、医療・介護の現場で実態にあった対応をお願いする。

1. 「口腔ケア時の姿勢のポイント」について

島根県理学療法士会 足川和隆

口腔ケア時の姿勢のポイント、口腔ケアの効果とリスクについて

やり方によっては誤嚥性肺炎を起こしてしまうことがないように注意する。

■座ることができる方の場合

□正しい姿勢

- ・あごは引き気味
- ・体とテーブルの間に握りこぶし1つぐらいの間隙
- ・テーブルの高さは腕を載せて、ひじが90度に曲がるくらい
- ・背はまっすぐ
- ・イスの高さはひざが90度に曲がるくらい
- ・足の裏は床にきちんとつける

□悪い姿勢 (誤嚥の恐れがあり、非常に危険な姿勢)

- ・上体がそりかえっている
顎が下がる、あるいは顎が反る
足や手の支えが効かず不安定
- ・背中が丸くなっている
顎が下がる、あるいは顎が後方に反る
視野が狭くなる、手が使いにくい
- ・左右どちらかに傾いている

■座ることができない方の場合

クッション等を使って体が安定するようにして体位を整える。

□セミファウラー位

この姿勢は非常にずり易いので、その要注意点について。

□起き上がることができない方の場合

口腔ケア時にはより良い姿勢、介護者にとっても楽な姿勢をとるために姿勢の修正が必要なことに気づくことが大切である。

2. 「口腔ケアの実際」

口腔ケアを行う前に…／実際に口腔ケアをやってみましょう

口腔ケアが困難な方は…・保湿・歯みがきのポイント

島根県歯科衛生士会理事 石田陽子

[口腔ケアを行う前に…]

1. まずは、口の中をよく観察することが大切です
汚れやすい部位・汚れの種類と口腔内チェックシートの利用

2. 必要な道具の準備 口腔ケアグッズのチェックシートで準備

[実際に口腔ケアをやってみましょう]

○口腔ケアが困難な方は…

- ・ケアの前に丁寧な説明を行う
- ・毎日できる範囲内で、少しずつ行う
- ・口が開けにくい方、拒否のある方等は歯科の口腔衛生管理を依頼する

1. 保湿を行いましょう (乾燥がある方は必ず保湿)
保湿剤、選択のポイントについては極端に甘いタイプは避け、アルコールフリータイプを選ぶ。

2. 歯みがきのポイント (模型を使った歯ブラシ、歯間ブラシ、ワンタフトブラシ、舌ブラシ等の実際の使用法)

身体状況から、食べるのが困難である場合にも快適なお口で過ごすため。

入れ歯のとりはずし方・清掃のポイントについて

地域福祉部副委員長 梶原光史

入れ歯の種類、各名称についてポイント解説

・上下、総入れ歯と部分入れ歯の着脱について
特に、部分入れ歯の着脱については無理な力を加えず、着脱方向や力加減に注意が必要である。

口腔粘膜の状態、歯の状態、開口制限、開口障害がある、習慣性顎関節脱臼、長期に使用していない場合、長期で着脱せず口腔内に入れたまま、あるいは清掃することなく長期で口腔内に装着したままの義歯の場合、歯科医療者に連絡する。

3.7 烏根歯科 No.776

入れ歯の清掃の実際

ポイントとして汚れが付着しやすい場所、その構造から汚れを見落としやすい部分、清掃時の義歯ブラシ圧、利用する清掃剤（消毒、着色や歯垢、歯石除去などの清掃剤、洗浄剤について効果と注意点）、その他利用できる清掃具、清掃に合わせて破損等がないか確認を行う。保存、保管法、医学的に夜間に義歯を装着する必要があると判断された場合について。日々の口腔内清掃の重要性、義歯を使用するにあたって口腔内粘膜、残存する歯牙の清掃について。

3. 認知症の方を口腔ケアに誘うときのポイント

島根県看護協会

摂食・嚥下障害看護認定看護師 宍道洋五

認知症の方を口腔ケアに誘うときのポイント

（パーソン・センタード・ケアについて）

（1）口腔ケアに応じてもらう方法を導き出すために

3つのステップで認知症の方の状態をアセスメント

- ・話を十分に聞く
- ・情報を収集する
- ・ニーズを把握する

認知症の方という先入観を捨てて、本人に聞き、会話中に驚かせない。あいさつや何気ない会話をきっかけに話をするなど、認知症の人の思いに向き合う基本的姿勢が大切である。また、情報収集のポイントとして認知症のタイプ別、健康状態、生活歴、性格傾向などに注目する。生活背景や好み、元々の生活習慣や生活環境も考慮し療養場所の環境やストレス等にも思いを巡らせる視点が必要である。

（2）口腔ケアへの誘い方

- ①習慣的に使っていた用具を思いおこしてもらう。
- ②開口しない方には、ジェスチャーを交えながら促す。
- ③ケアの実施場所を決める。部屋でだめなら、受け入れやすい場所を探し、気分を乗せていくにはどうするかを考えてみる。

④相手の視界に入る位置で視線を合わせて声をかける。後ろから声をかけず、安心感を与える。

口腔ケアの時間も大事だが、機嫌の良い時間や本人にとって食後や就寝前にこだわらない“できる”タイミングと方法を考えてみる。カンファレンス等でよく話し合うこと。根気よく、最良のプランを探してほしい。

4. 嚥下障害がある方に対する口腔ケア

島根県言語聴覚士会 清原圭介

嚥下障害のある方の口腔の状態は唾液の分泌が少なく、食物残留しやすいため、細菌も増加しやすい。誤嚥性肺炎を予防するには口腔ケアを行うと同時に“飲み込む能力を低下させないこと”が重要である。

口腔ケアは器質的口腔ケアと機能的口腔ケアの2つに分類できるが、とくに機能的口腔ケアには唾液腺マッサージ、お口の体操、嚥下体操、パタカラ体操、あいうべ体操、そしえ広義には食べるための訓練も含むものとする。

普段から“くち”の働きや機能を維持すること、嚥下障害があっても意識して人とコミュニケーションを積極的にとって、会話を楽しみ、お口を動かすことが大切である。生きがいを感じつつ、生活の質をいつまでも維持するためにも口腔機能の維持とそのケアが重要である。

まず障害の程度を観察することが必要、食事場面を観察（嚥下状態の評価）する。

- ・認知機能の状態、発声の程度
- ・食事の様子（ムセ、湿性嘔声の有無・口腔内残留物の有無）
- ・口腔内の様子（義歯の有無・口腔内の汚れ）咀嚼から嚥下機能全般の障害を把握しておく

誤嚥しにくい姿勢をとり、唾液腺マッサージによる唾液分泌により嚥下反応を促進するような口腔内刺激を行う。球状のブラシと吸引器を合わせて使用し、誤嚥の予防を図る。嚥下障害をもつ方への口腔ケアのポ

イントとしては歯みがきだけではなく“くち”の機能を高めるような働きかけ、声をだす、パタカラ体操を行う、他人と話をする、唾液腺マッサージを行う等が重要だ。

障害の程度は多岐でマニュアル化しにくい側面があり、すべて個別対応していくしかないが、いずれにしても信頼関係が重要である。



会

務

学術・
研修会員
通信ご案内・
おしらせ

庶

務