

聞き取り調査

記入日 平成16年 月 日

対象者 _____

記録者 _____

回答選択肢 (いつもある 時々ある たまにある ない)

対象者

1. お食事中、食べ物が口からこぼれることがありますか？ (いつも 時々 たまに ない)
2. お食事中、むせることがありますか？ (いつも 時々 たまに ない)
3. お食事は、よくかめますか？ (いつも 時々 たまに ない)
4. お食事の後も食べ物が口の中に残りますか？ (いつも 時々 たまに ない)
5. 喋りづらいことがありますか？ (いつも 時々 たまに ない)
6. 口の中が乾く感じがありますか？ (いつも 時々 たまに ない)
7. お口の中をきれいにするのは好きですか？ (すごく好き 好き あまり 嫌い)

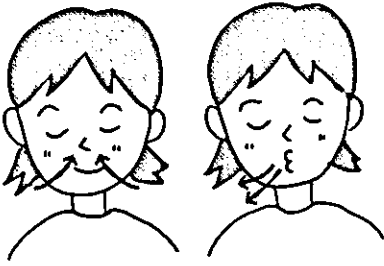
施設介護者

対象者について

1. 食事中食べ物が口からこぼれますか？ (いつも 時々 たまに ない)
2. 食事中むせることがありますか？ (いつも 時々 たまに ない)
3. 食後、食べ物が長い間口の中に残ることがありますか？ (いつも 時々 たまに ない)
4. 言葉が聞き取りにくいことはありませんか？ (いつも 時々 たまに ない)
5. 表情は豊かですか？ (すごく豊か 豊か あまり 乏しい)
6. 口腔機能リハビリテーションをするのは大変だと思いますか？
(いつも 時々 たまに 思わない)

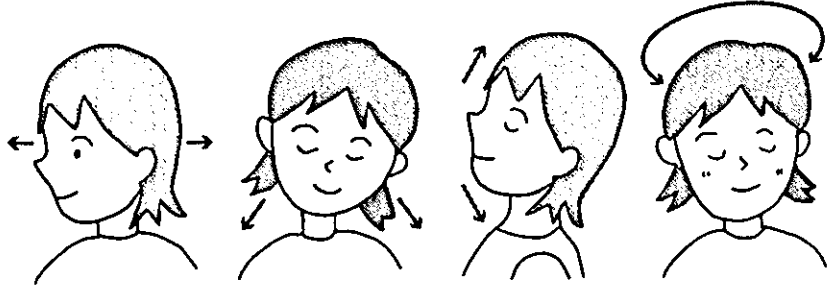
● お口の体操

① 深呼吸



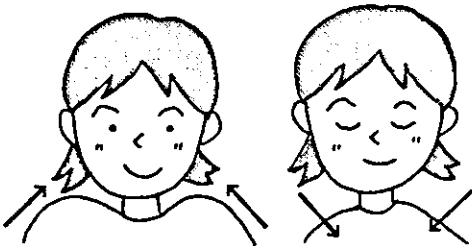
鼻から大きく息を吸って、ちょっと止めて、口をすぼめて吐く

② 首の運動



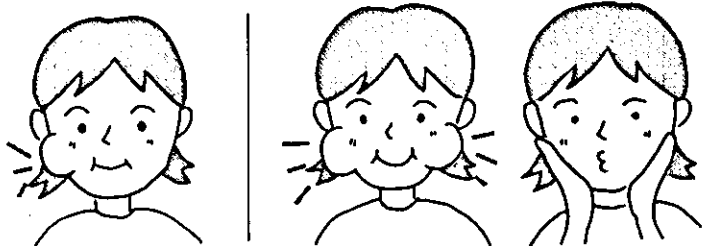
1) 左右を向く 左→正面→右→正面
2) 左右に傾ける 左→正面→右→正面
3) 上下を向く 下→正面→上→正面
4) 回す 左回り→右回り

③ 肩の運動



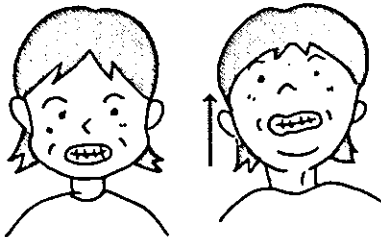
1) ゆっくり上げ、ストンと下ろす
2) 腕を回す 前回し→後回し

④ 頬の運動



1) 片方ずつ頬を膨らませる 左→右
2) 両方膨らませて両手をあて、ぶつとつぶす

⑤ 顔の運動



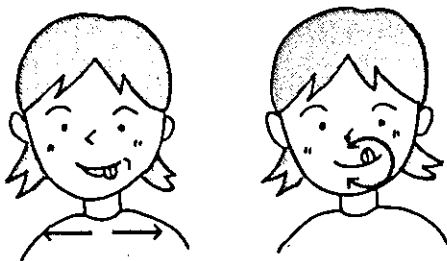
1) 口を尖らせて「ウー」
2) 口を横に広げて「イー」
3) 上を向いて口を横に広げて「イー」

⑥ 耳下腺マッサージ



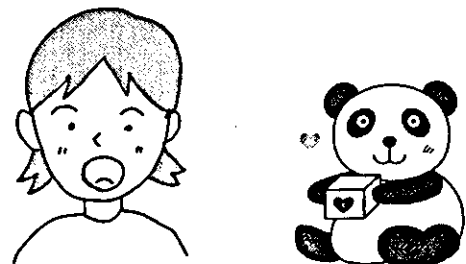
両手を頬にあて、ゆっくり円を書くようにマッサージ 前回し→後回し

⑦ 舌の運動



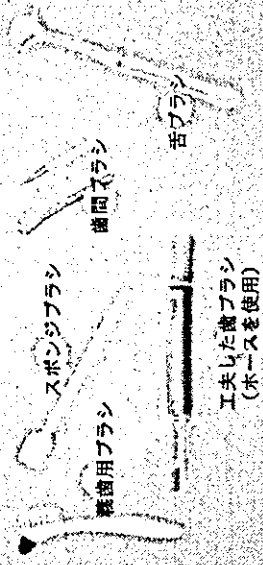
1) 前に出す
2) 左右に動かす
3) 唇をゆっくりなめる

⑧ 発音



大きな声で、ゆっくりと口や舌を動かす
「バ」「タ」「カ」「ラ」
「パンダのたからもの」

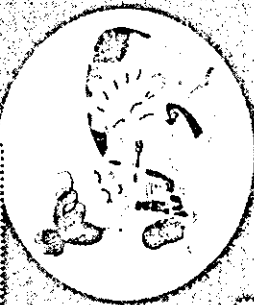
家庭でできる 口腔ケア



ご存知ですか？口腔ケア

食事をしていない人にも必要？

食事をしなくても、口の中は温度や湿度が高いため、細菌が増えて白い苔が付きやすく、口腔ケアは必要です。



口臭はありませんか？

口臭は口の中についた苔や歯垢が原因となります。口がきれいになるとおどろくほど口臭は改善されます。

口腔ケアはなぜ必要？

口の中の汚れ(細菌)が誤って気道に入った時に、肺炎を起こしやすくなります。特に寝ていることが多い方には、危険性が高くなります。

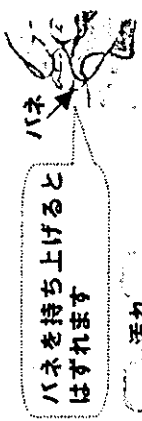


リラクゼーションはなぜ必要？

リラクゼーションにより、血液のめぐりをよくし、筋肉をほぐすことができます。さらに、食べるための筋力もつけることができます。

口の中がきれいになると食欲がわき、意欲向上にもつながります。

入れ歯は、清潔に保ちましょう
～入れ歯は、はずして磨きましょう～



入れ歯は、清潔に保ちましょう
～入れ歯は、はずして磨きましょう～

入れ歯は、清潔に保ちましょう
～入れ歯は、はずして磨きましょう～

入れ歯は、清潔に保ちましょう
～入れ歯は、はずして磨きましょう～



入れ歯は、清潔に保ちましょう
～入れ歯は、はずして磨きましょう～

入れ歯は、清潔に保ちましょう
～入れ歯は、はずして磨きましょう～



入れ歯は、清潔に保ちましょう
～入れ歯は、はずして磨きましょう～

入れ歯は、清潔に保ちましょう
～入れ歯は、はずして磨きましょう～

入れ歯は、清潔に保ちましょう
～入れ歯は、はずして磨きましょう～

リラクゼーションから始めましょう



声かけて休憩の確認



楽な姿勢で



背中を支え大きく深呼吸



腕を伸ばして頭の前へ



首や肩をマッサージ



左右を向いて

「今日の体調はいかがでしょうか」

表情・顔色はいつもと違いますか？
熱はありませんか？
咳、ゼーゼーはありませんか？
声かけにいつもと同じような受け答えがありますか？
いつもと違うと感と感じたら医療機関にご相談下さい。

発熱、咳などいつもと違う症状があるときはリラクゼーションはやめて、短時間で口腔清掃を行います。



座った姿勢で



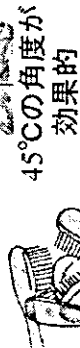
仰向けは危険

上体を起こして

座れないときは横向きで
(マヒのある側を上)



45°G



45°Cの角度が効果的

1本の歯はいろいろな方向から

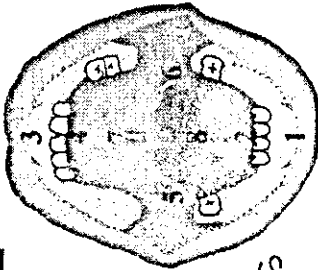
すきまは歯間ブラシを使う



スポンジブラシは固くしぼり何度も洗って使いましょう
舌ブラシは無理せずやさしく



歯のないところはスポンジブラシを使う



スポンジブラシの順序

口腔ケア時にチェック
しましょう

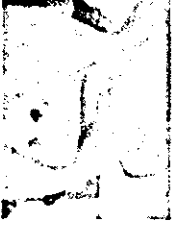
- ・舌苔(舌の汚れ)
- ・出血
- ・歯肉のはれ
- ・口臭
- ・歯のぐらぐら
- ・口の乾き
- ・むせこみ
- ・入れ歯があわない
- ・口を開けない
- ・食べかすがとれない

このような場合にはご相談下さい

スッキリしましたね



さあ口腔清掃



左右に「ペロペロ」



舌を前に出して「ペー



おもいきり「イー」



口を尖がらせ「ウー」



頬をふくらませ「ブツ」



ゆっくり上げて、パッと下ろす



肩を上下に



ゆっくり回して



横に倒して

資料2 統計表

口腔機能リハビリテーションの効果

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
唾液分泌量 (mm)	2.72	2.48	2.32
舌圧 (mmHg)	18.34	19.45	19.81
舌突出長さ (mm)	43.7	43.34	43.94
「イー」発音時口角間長さ (mm)	58.2	60.31	59.11
「ウー」発音時口角間長さ (mm)	35.1	33.91	34.7
口唇閉鎖力 (mmHg)	8.26	8.38	8.81
あめ重量 (g)	0.97	0.99	0.99

口腔機能リハビリテーションの効果2 聞き取り調査

本人への質問

1 お食事中、食べ物が口からこぼれることがありますか？ (人) (%)

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
いつも	0	0	0	0.00	0.00	0.00
時々	1	1	1	1.64	1.64	1.64
たまに	7	4	8	11.48	6.56	13.11
ない	53	56	52	86.89	91.80	85.25
合計	61	61	61	100.00	100.00	100.00

2 お食事中、むせることがありますか？ (人) (%)

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
いつも	0	1	0	0.00	1.64	0.00
時々	0	1	1	0.00	1.64	1.64
たまに	9	10	11	14.75	16.39	18.03
ない	52	49	49	85.25	80.33	80.33
合計	61	61	61	100.00	100.00	100.00

3 お食事は、よくかめますか？ (人) (%)

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
いつも	52	53	52	85.25	86.89	85.25
時々	3	5	7	4.92	8.20	11.48
たまに	4	3	2	6.56	4.92	3.28
ない	2	0	0	3.28	0.00	0.00
合計	61	61	61	100.00	100.00	100.00

4 お食事の後も食べ物が口の中に残りますか？ (人) (%)

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
いつも	4	0	1	6.56	0.00	1.64
時々	2	1	4	3.28	1.64	6.56
たまに	3	3	6	4.92	4.92	9.84
ない	52	57	50	85.25	93.44	81.97
合計	61	61	61	100.00	100.00	100.00

5 喋りづらいことがありますか？ (人) (%)

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
いつも	2	2	1	3.28	3.28	1.64
時々	2	2	5	3.28	3.28	8.20
たまに	5	4	5	8.20	6.56	8.20
ない	52	53	50	85.25	86.89	81.97
合計	61	61	61	100.00	100.00	100.00

6. 口の中が乾く感じがありますか？

(人)

(%)

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
いつも	4	3	3
時々	9	8	10
たまに	11	13	14
ない	37	37	34
合計	61	61	61

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
	6.56	4.92	4.92
	14.75	13.11	16.39
	18.03	21.31	22.95
	60.66	60.66	55.74
	100.00	100.00	100.00

7 お口の中をきれいにするのは好きですか？

(人)

(%)

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
すごく好き	13	13	7
好き	35	35	37
あまり	12	13	16
嫌い	1	0	1
合計	61	61	61

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
	21.31	21.31	11.48
	57.38	57.38	60.66
	19.67	21.31	26.23
	1.64	0.00	1.64
	100.00	100.00	100.00

施設介護者への質問

8 食事中食べ物が口からこぼれますか？

(人)

(%)

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
いつも	1	0	2
時々	2	3	7
たまに	16	12	7
ない	42	46	45
合計	61	61	61

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
	1.64	0.00	3.28
	3.28	4.92	11.48
	26.23	19.67	11.48
	68.85	75.41	73.77
	100.00	100.00	100.00

9 食事中むせることがありますか？

(人)

(%)

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
いつも	2	2	1
時々	3	1	3
たまに	13	14	7
ない	43	44	50
合計	61	61	61

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
	3.28	3.28	1.64
	4.92	1.64	4.92
	21.31	22.95	11.48
	70.49	72.13	81.97
	100.00	100.00	100.00

10 食後、食べ物が長い間口の中に残ることがありますか？

(人)

(%)

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
いつも	0	1	1
時々	2	0	3
たまに	7	3	5
ない	52	57	52
合計	61	61	61

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
	0.00	1.64	1.64
	3.28	0.00	4.92
	11.48	4.92	8.20
	85.25	93.44	85.25
	100.00	100.00	100.00

11 言葉が聞き取りにくいことはありませんか？

(人)

(%)

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
いつも	1	1	3
時々	3	2	4
たまに	16	13	10
ない	41	45	44
合計	61	61	61

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
	1.64	1.64	4.92
	4.92	3.28	6.56
	26.23	21.31	16.39
	67.21	73.77	72.13
	100.00	100.00	100.00

12 表情は豊かですか？

(人)

(%)

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
すごく豊か	9	12	22	14.75	19.67	36.07
豊か	43	43	31	70.49	70.49	50.82
あまり	9	6	7	14.75	9.84	11.48
乏しい	0	0	1	0.00	0.00	1.64
合計	61	61	61	100.00	100.00	100.00

13 口腔機能リハビリテーションをするのは大変だと思いますか？

(人)

(%)

	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後	開始前	1ヵ月半後	3ヵ月後
いつも	0	0	0	0.00	0.00	0.00
時々	12	4	10	19.67	6.56	16.39
たまに	9	4	10	14.75	6.56	16.39
思わない	40	53	41	65.57	86.89	67.21
合計	61	61	61	100.00	100.00	100.00

要介護者 口腔ケア・歯科治療クリニカルパス

～関係者の連携による口腔ケアの促進を目指して～

要介護者のお口のことで お困りではありませんか？

こんなトラブルがある場合は、早めに歯科医師に相談しましょう。

- ・ 入れ歯が合わない
- ・ 冠や詰め物が外れた
- ・ 最近、食べる量が減った
- ・ 歯が痛い、しみる
- ・ 歯ぐきから血が出た
- など

チェックリストで確認してみましょう！

在宅の場合

- かかりつけの歯科医院がある場合
 - かかりつけの歯科医院にご相談ください。
- かかりつけの歯科医院がない場合
 - ケアマネージャーなどにご相談ください。
 - ご希望により下記の「在宅要介護者歯科保健推進事業」による
歯科健診・指導が受けられます

施設の場合

施設の相談員・ケアマネージャー等にご相談ください。

.....

新潟県では、通院困難な在宅の要介護者の方は、無料で歯科健診が受けられます。
詳しくは、新発田地域振興局健康福祉環境部医薬予防課（0254-26-9651）あるいは
市町村の歯科保健担当課までお問い合わせください。（申し込み書式は2ページ参照）

	担 当 課	電話番号	郵便番号	住 所
新発田市	健康推進課	0254-22-3101	957-0053	新発田市中心4-10-4
豊栄市	保健福祉課	025-387-3401	950-3321	豊栄市葛塚 3197
阿賀野市	健康推進課	0250-62-2510	959-2092	阿賀野市岡山町 10-15
聖籠町	聖籠町保健センター 保健福祉課	0254-27-6511	957-0117	聖籠町諏訪山 825
加治川村	保健福祉課	0254-33-3101	959-2492	加治川村住田 510
紫雲寺町	健康プラザしゅんじ 福祉保健課	0254-41-4602	957-0232	紫雲寺町大字真野原外 3331-5
中条町	ほっとHOT 中条 健康開発課	0254-44-8680	959-2625	中条町西本町 11-11
黒川村	住民課	0254-47-2711	959-2807	黒川村黒川 1410

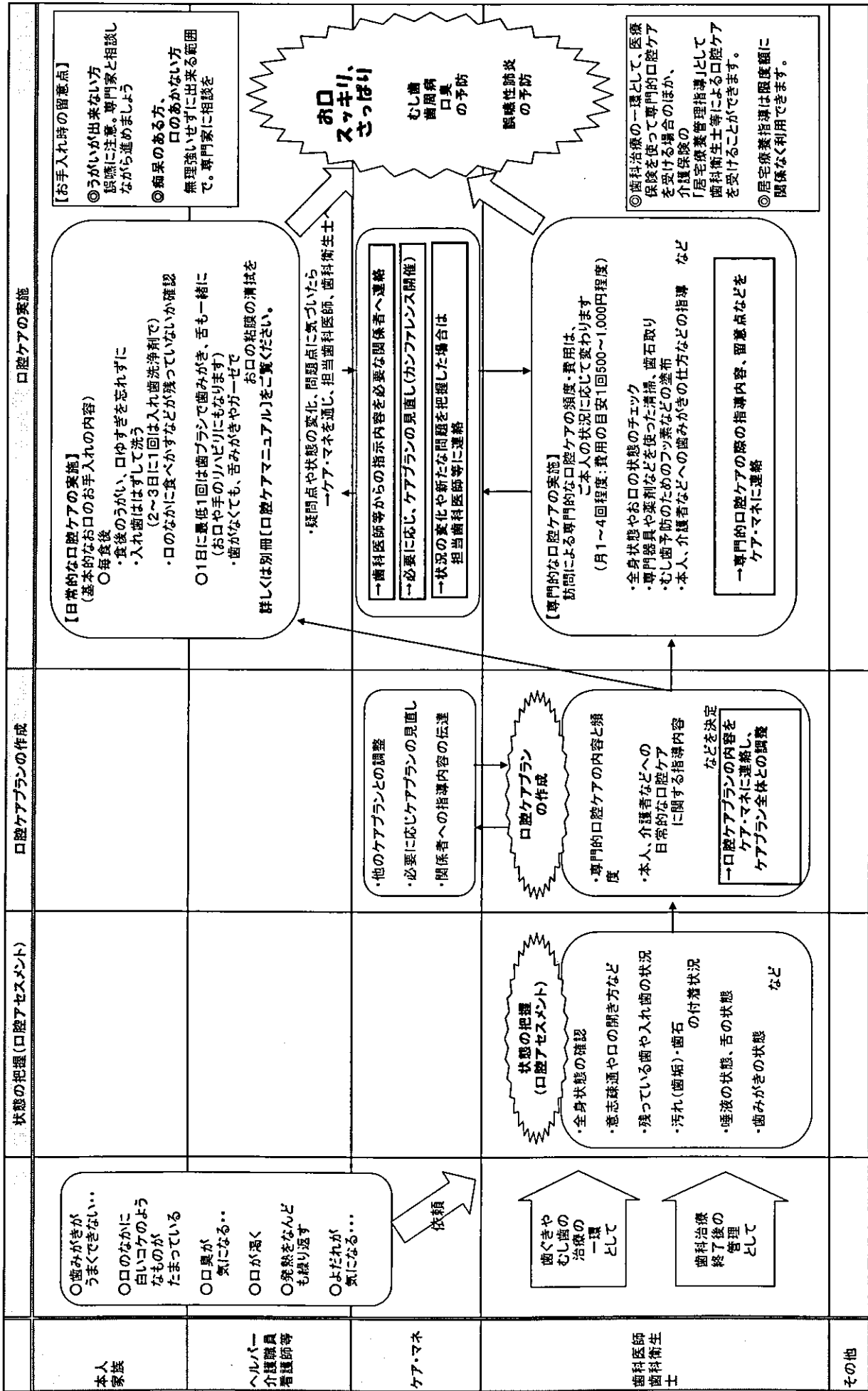
要介護者の口腔ケア・歯科治療 基本クリニカルパス

本人 家族	問題の発見・把握	担当歯科医師の 決定・調整	初診・アセスメント	口腔ケア・歯科治療の 実施
<p>歯が痛い！など</p> <ul style="list-style-type: none"> ・かかりつけ歯科医がいる場合 → 診察の申し込み ・かかりつけ歯科医がいない場合 → ケアマネジャーに相談 	<p>・お口の問題発見！ 【チェックリスト(7ページ)を活用】</p> <ul style="list-style-type: none"> → ケアマネジャーに報告 症状、緊急性、 かかりつけ歯科医の有無 本人・家族の希望 など 	<p>・かかりつけ歯科医がいる場合</p> <ul style="list-style-type: none"> → 本人・家族の意向を 確認して、診察申し込み ・かかりつけ歯科医がいない場合 ・在宅の場合 → 要介護者歯科保健 推進事業の申し込み ・施設の場合 → 施設協力歯科医など に相談・診察依頼 	<p>・受診 日常的な歯磨き、リハビリの実施</p>	<p>・日常的な歯磨き、リハビリの実施又は介助</p> <ul style="list-style-type: none"> ・問題点の子エックワーケアマネジャーを通じ、担当歯科医師、歯科衛生士へ
ヘルパー 介護職員 習熟者 保健師等	<p>・かかりつけ歯科医がいない場合</p> <ul style="list-style-type: none"> → ケアマネジャーに報告 症状、緊急性、 かかりつけ歯科医の有無 本人・家族の希望 など 	<p>・かかりつけ歯科医がいない場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ・在宅の場合 → 要介護者歯科保健 推進事業の申し込み ・施設の場合 → 施設協力歯科医など に相談・診察依頼 	<p>・受診 日常的な歯磨き、リハビリの実施</p>	<p>・日常的な歯磨き、リハビリの実施又は介助</p> <ul style="list-style-type: none"> ・問題点の子エックワーケアマネジャーを通じ、担当歯科医師、歯科衛生士へ
ケア・マネ	<p>・かかりつけ歯科医がいない場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ・在宅の場合 → 要介護者歯科保健 推進事業の申し込み ・施設の場合 → 施設協力歯科医など に相談・診察依頼 	<p>・可能な限り、診察への立ち会いが 望ましい、</p> <ul style="list-style-type: none"> ・歯科医師からの連絡にもとづき、 必要ならば関係者への連絡、 ケアプランの調整 	<p>・受診 日常的な歯磨き、リハビリの実施</p>	<p>・日常的な歯磨き、リハビリの実施又は介助</p> <ul style="list-style-type: none"> ・問題点の子エックワーケアマネジャーを通じ、担当歯科医師、歯科衛生士へ
歯科医師 歯科衛生士	<p>・かかりつけ歯科医がいない場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ・在宅の場合 → 要介護者歯科保健 推進事業の申し込み ・施設の場合 → 施設協力歯科医など に相談・診察依頼 	<p>・可能な限り、診察への立ち会いが 望ましい、</p> <ul style="list-style-type: none"> ・歯科医師からの連絡にもとづき、 必要ならば関係者への連絡、 ケアプランの調整 	<p>・受診 日常的な歯磨き、リハビリの実施</p>	<p>・日常的な歯磨き、リハビリの実施又は介助</p> <ul style="list-style-type: none"> ・問題点の子エックワーケアマネジャーを通じ、担当歯科医師、歯科衛生士へ
その他	<p>・かかりつけ歯科医がいない場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ・在宅の場合 → 要介護者歯科保健 推進事業の申し込み ・施設の場合 → 施設協力歯科医など に相談・診察依頼 	<p>・可能な限り、診察への立ち会いが 望ましい、</p> <ul style="list-style-type: none"> ・歯科医師からの連絡にもとづき、 必要ならば関係者への連絡、 ケアプランの調整 	<p>・受診 日常的な歯磨き、リハビリの実施</p>	<p>・日常的な歯磨き、リハビリの実施又は介助</p> <ul style="list-style-type: none"> ・問題点の子エックワーケアマネジャーを通じ、担当歯科医師、歯科衛生士へ

症状別歯科治療クリニカルパス (ここに書かれている治療内容・回数や費用などはあくまで標準的な場合です)

本人 家族	ヘルパー 介護職員 看護師等	ケア・マネ	その他
<p>・受診、歯科医師等からの治療上の注意を守る、日常のお口の手入れ、問題・疑問などがあつたら遠慮無く歯科医師へ</p>	<p>・日常的な歯磨き、リハビリの実施又は介助</p> <p>・問題点のチェック・ケア・マネを通じ、担当歯科医師、歯科衛生士へ</p>	<p>・必要に応じてケアプランの見直し</p> <p>・歯科医師等からの注意事項を関係者へ、状況変化や新たな問題を把握した場合は歯科医師へ連絡</p>	<p>費用の目安 (老人1割負担の場合)</p> <p>治療上の主な注意事項(例)</p>
<p>主な症状</p> <p>歯が痛い・しみる むし歯がある、黒く穴があいている など</p>	<p>初期の小さなむし歯の場合 歯を削って、詰める むし歯が大きい場合 歯の神経の処置</p> <p>終了</p> <p>歯の神経の処置②</p> <p>歯の神経の処置③</p> <p>下段の「新しい冠を作る場合」へ</p>	<p>初回</p> <p>2回目</p> <p>3回目</p> <p>4回目</p> <p>5回目以降</p>	<p>250~300円程度 (1本)</p> <p>500~1,000円程度 (1本)</p>
<p>冠や詰めものが取れた など</p>	<p>取れた冠や詰めものがそのまま使える場合 取れた冠などを接着 新しく冠を作る場合</p> <p>終了</p> <p>歯の土台の処置</p> <p>土台を削り、型をとる</p> <p>新しい冠を接着</p> <p>終了</p>	<p>初診</p> <p>全身状態などのチェック</p> <p>治療方針の決定</p> <p>応急処置</p>	<p>100円前後 (1本)</p> <p>1,200~2,500円程度 (1本)</p>
<p>歯ぐきから血がでる 歯がぐらぐらする 口臭がひどい など</p>	<p>歯ぐきの検査 歯の汚れのチェックと歯みがき指導 歯石をとる</p> <p>深いところの歯石をとる 歯みがき指導 歯ぐきの再検査 (必要な場合)</p> <p>歯ぐきの再検査 部分的に悪いところの処置 歯みがき指導 など (月1~4回程度)</p> <p>症状に応じて継続的な歯みがきのチェックと歯みがき指導 (月1~4回程度)</p>	<p>必要に応じて主治医などへの照会、列診など</p>	<p>270円~2,500円程度 (残っている歯の本数と治療回数による)</p>
<p>入れ歯があわない 入れ歯が壊れた 入れ歯をつくりたい など</p>	<p>入れ歯の修理・調整で済む場合 新しく入れ歯を作る場合</p> <p>入れ歯の確認の型どり 入れ歯の型どり</p> <p>入れ歯の修理・調整 入れ歯の確認</p> <p>かみ合わせの決定</p> <p>入れ歯の完成</p> <p>使用状態のチェック 入れ歯の調整 (数回)</p>	<p>最終的な入れ歯などの処置は備わらないうえから (おおよそ1~3ヶ月後) になります</p>	<p>1,000円程度 (上下総入れ歯を修理した場合)</p> <p>7,000円程度 (上下総入れ歯を新しく作った場合)</p> <p>230~400円 (1本) + 薬代</p>
<p>抜かなければならぬ歯がある など</p>	<p>麻酔 歯を抜く 化膿止めや痛み止めのお薬</p> <p>歯の洗浄・確認 歯の洗浄・確認 (約1週間後)</p>	<p>必要に応じて主治医などへの照会、列診など</p>	<p>・入れ歯を入れたからといって、すぐ何でも食べられるようになるわけではありません。調整と患者さん自身の慣れが必要です。 ・最初は柔らかい食べ物ややすいものから、少しずつ、痛いところがあったら、我慢せず、歯科医師に連絡を。 ・麻酔が効いているときは、唇や舌を噛まないように注意。 ・歯が出たときは指示に従って飲みます。 ・抜いた当日は入浴などはさける。</p>
<p>その他</p>	<p>主治医・専攻医・歯医学生等 担当歯科医師からの紹介受診、照会への回答など</p>	<p>※上記の他に、治療回数に応じ、初診料(1回目)270円、再診料(2回目以降)40円、往診料830円+交通費実費、指導料350円などが加わります。</p>	<p>※上記の他に、治療回数に応じ、初診料(1回目)270円、再診料(2回目以降)40円、往診料830円+交通費実費、指導料350円などが加わります。</p>

口腔ケア・クリニカルパス



摂食リハビリテーション・クリニカルパス

	状態のチェック	治療方針の決定	ケアプランの見直し	リハビリテーション	*改訂水のみテスト 飲水時間、むせの有無、飲み方をみるテスト 方法 冷水 3mlを口腔度(注ぎ)に注ぎ、嚥下をさせる。可能なら2回嚥下運動をさせる。 結果 1点 嚥下なし、むせる 2点 呼吸切迫 3点 嚥下あり、むせる 4点 呼吸良好 5点 嚥下あり、むせない 4点以上なら合計3回繰り返し、もつとも悪い場合を評価する。
本人 家族	<ul style="list-style-type: none"> ・食事を食べるうえで何が問題点なのか ・食事量？時間？飲み込み？本人の体調・意欲は？ ・むせがある場合はむせやすい食べ物はないか？どのようなときにむせるのか？をチェックしておく。 	<p>必要に応じてケアプランを調整する。</p>	<p>他職種との連携</p> <ul style="list-style-type: none"> ・状態をチェックし、必要に応じて、歯科医師・歯科衛生士に連絡をとり、歯科医師からの連絡にもとづき、必要ならば関係者への連絡を行う。 ・ケアプランの調整 ・必要に応じてケアプランの見直しを行う。(ケアカンファレンスの開催) 	<p>詳しくは別冊【口腔ケアマニュアル】をご覧ください。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>お食事の前には お口の体操</p> <ul style="list-style-type: none"> ・舌のストレッチ ・口の運動 ・マッサージ ・肩、首の運動 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>お食事中には</p> <ul style="list-style-type: none"> ・姿勢に気をつけましょう。 ・一口量に注意しましょう。 ・飲み込んでから次の一口につりましょう。 ・使いやすい食器を使いましょう。 ・食べなくなる雰囲気づくりも大切です。 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>お食事の後には 口腔ケア</p> <ul style="list-style-type: none"> ・歯ブラシ、舌ブラシ、スポンジブラシなどを用いて口腔ケア(お口のリハビリ)にもなります。 </div> </div>	
ヘルパー 介護職員 看護師等					
ケア・マネ	<ul style="list-style-type: none"> ・可能な限り、診査への立ち会いが望ましい 	<p>※ 摂食リハの場合は他に増して、関係者の密接な連携が重要</p>			
歯科医師 歯科衛生 士	<p>簡単な診査</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「口腔診査」 ・食事の状態を見る。 ・歯、嚥菌に問題はないか ・食事の姿勢、ベースは？ ・改訂水のみテスト(顔外参) 4点以下なら →リハビリへ 3点以下なら →専門医へ相談 	<p>必要に応じて歯科治療を行う 3ページ参照</p> <p>指導</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食事時の姿勢 ・一口量、ベース ・使用する食器 ・簡単なリハビリ などの指導 <p>→指導内容、リハビリ計画をケアマネジャーに連絡</p>	<p>専門的なリハビリテーション</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全身状態や食事状態のチェック、リハビリ ・口周囲の筋肉などのマッサージ、介助法についての指導 ・精密の使用法などの指導 ・簡単な(間接的)リハビリの指導 	<p>専門的な口腔ケア</p> <ul style="list-style-type: none"> ・専門器具や薬剤を使った清掃、歯石取り ・むし菌予防のためのフッ素などの塗布 ・必要に応じて歯科治療を行う。 	
その他		<p>高次医療機関受</p> <ul style="list-style-type: none"> ・担当歯科医からの紹介を受け、専門的な検査を行う。 ・結果を担当歯科医に報告する。 <p>主治医 担当歯科医からの紹介受診 照会への回答など</p>	<p>高次医療機関受</p> <ul style="list-style-type: none"> ・専門的な訓練を行う。担当歯科医からの紹介を受け、専門的な検査を行う。 ・必要に応じて担当歯科医に簡単な訓練を依頼する。 		

氏名 _____

記録日 _____ 年 _____ 月 _____ 日 記録者 _____

お口の問題を把握するためのチェックリスト

○ むし歯や歯周病のチェック

- ① 歯に穴があいている。歯が欠けている。
- ② 歯のつけねの部分が黒くなっている。
- ③ 歯が痛い。熱いもの、冷たいものがしみる。
- ④ 冠や詰め物が外れている。
- ⑤ 歯ぐきが赤く腫れている、出血している。
- ⑥ 指でおしたり、噛み合わせると、歯がぐらぐら動く。
- ⑦ 口臭がひどい。

虫歯

歯周病

○ 入れ歯の状態チェック

- ⑧ 入れ歯が軽く口を開けただけで落ちてくる。パカパカ動いている。
- ⑨ 入れ歯が割れたり、歯が取れたりしている。ひびが入っている。
- ⑩ 入れ歯が汚れている。
- ⑪ 入れ歯の下の歯ぐきに赤い傷が出来ている。触ると痛がる。
- ⑫ ばねのかかる歯がかけている。
- ⑬ 入れ歯がなくてかみ合わせられない。
- ⑭ うまくかめない。

入れ歯の
修理・作製
または
取扱指導

○ お口の清潔状態チェック

- ⑮ ベロ(舌)のう上に白いコケのようなものがこびりついている。
- ⑯ 麻痺した側のほっぺに食べ物が残ったままになっている。
- ⑰ 最近、発熱を繰り返している。

口腔ケア

誤嚥性肺炎の可能性

○ 飲み込みのチェック

- ⑱ 急に食べるのに時間がかかるようになった。食べる量が減った。
- ⑲ 最近、むせることが多くなった。食事の後のどがゴロゴロいう。

嚥下の
チェック

メモ欄

口腔ケアマニュアル

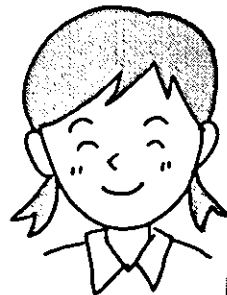
介護関係者向け手引き



えっ！
口腔ケアと発熱、
関係はあるの？

介護者：Aさんより

しっかり口腔ケアをするようになったら、熱が出て突然入院!?なんてことがなくなったんです。



部屋のおいが
なくなりました。

訪問看護師：Bさんより

顔を近づけて介護することが多いので、口腔ケアで口臭がなくなって、とても介護しやすくなりました。

表情が明るく
なりました。

家族：Cさんより

口の中がスッキリ、さっぱりするとニコニコ笑顔が見られるようになりました。口腔ケアってすごいですね。



食べ物がとっても
おいしいのです。

本人：Dさんより

お口の体操やリハビリを続けていたら、舌や口の周りの筋肉が、よく動くようになったし、つばも出るのです。とても飲み込みやすくなりました。おまけに家族から「言葉がはっきりしてきたね」と言われるし、先日家族でカラオケに行ってきたんですよ。

ヘルパー：Eさんより

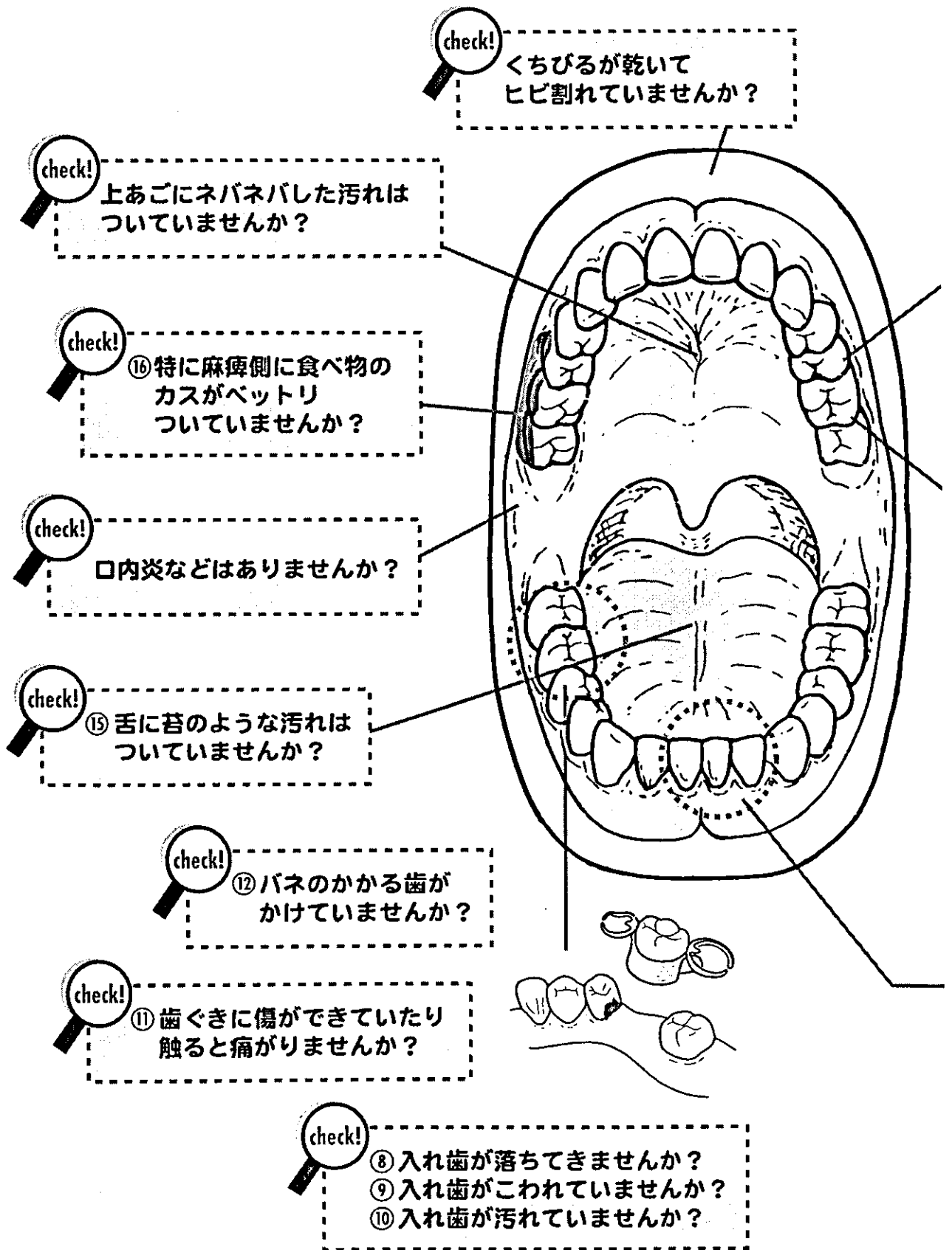
口の中がきれいになったら、今までイヤがって食べなかった物も、食べるようになりました。嫌いなわけではなかったようで…。びっくりです。

食べ物が
飲み込みやす
くなりました。

お口のリハビリはP.10へ

お口の手入れの仕方はP.2へ

口の中をのぞいてみましょう!!





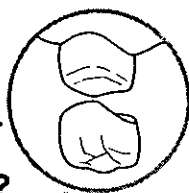
虫歯



- ① 黒い穴があいていませんか？
- ② 歯のつけ根が黒くなっていませんか？
- ③ 痛みはありませんか？



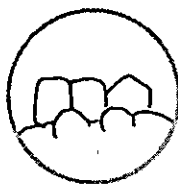
- ④ 冠がはずれていませんか？



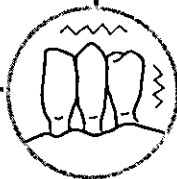
- 周りの歯が抜けて1本だけ残っているような場合、周りに汚れがついていませんか？



歯周病



- ⑤ 歯ぐきがブヨブヨしていませんか？赤く腫れていませんか？出血していませんか？
- ⑥ 歯がグラグラしていませんか？



- ⑦ 口臭はありませんか？

チェックリスト(裏表紙)
を使ってみましょう。
番号はチェックリストと同じになっています。

CONTENTS

口の中をのそいでみましょう!! 01

【口腔ケアマニュアル】

chapter 1 02

お口のお手入れをしましょう。
～日常的な口腔ケアの実施～

chapter 2 06

こんな時どうする？

- 1 口を開けない 06
- 2 経口摂取を行っていない (経管栄養中など) 07
- 3 痴呆がある 08
- 4 口腔が乾燥している 08

【摂食リハビリテーションマニュアル】

- 1 お口の体操をやってみよう! 10
- 2 お食事の時の注意点 12
- 3 調理の工夫 14

chapter 1

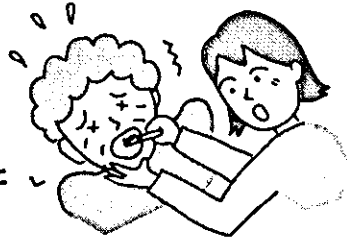
お口のお手入れ をしましょう。

～日常的な口腔ケアの実施～

1 声かけをする

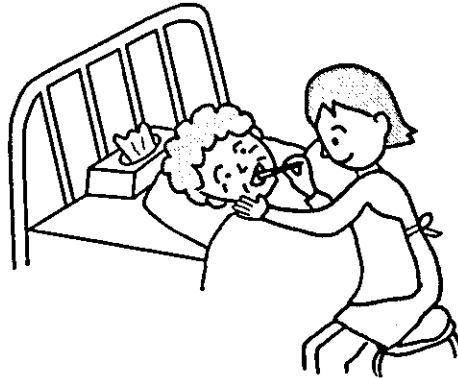
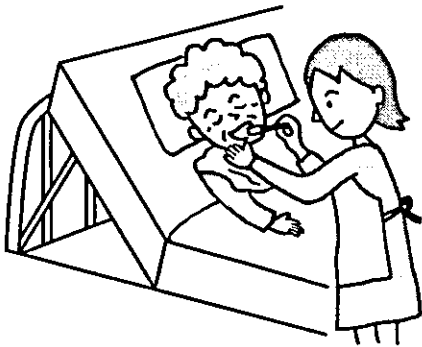
「うがいをしますよ」「口の中を
きれいにしますよ」と本人に
声をかけましょう。

いきなりだと
ビックリ!!



2 体位を整える (安全で疲れにくい体位をとりましょう)

全身状態やADLなどに応じて適切な体位を整えます。

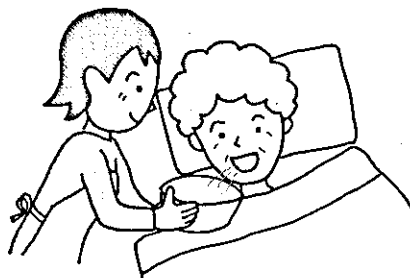
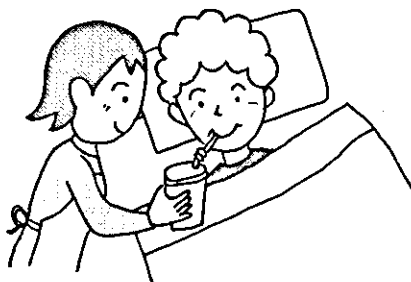


坐位や半坐位は誤嚥しにくい安全な体位とされていますが、
口腔ケアを実施する場合にはさらに横向きにして、頭部を
やや前屈した状態にすると誤嚥が防げます。

※誤嚥とは→9ページをみましょう

3 口腔ケアの実施

①うがいをしましょう。(入れ歯のある人は、入れ歯はずしましょう)
コップや吸い飲み、ストロー等を使って口に含み、口を閉じてブクブクします。



point 1



可能なら後ろから頭を
抱えるように口腔ケア
を行うとやりやすいよ
うです。

片側に麻痺のある場合
は麻痺のない側を下に
することで誤嚥を防ぎ
ます。

point 2



虫歯や歯周病がある場合
虫歯や歯周病がある場
合、冷たい水ではしみ
る場合があるので、ぬ
るま湯を使った方が良
いでしょう。

②入れ歯のある方に～着脱のポイント～

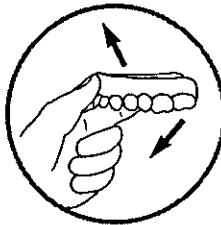
●縦入れ歯の着脱方法



口を大きく開けすぎないようにして、指で口唇を横に広げます。

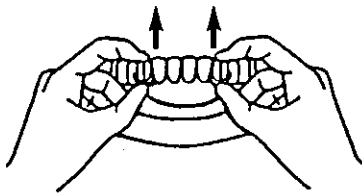


回転させながらはずします。



前歯の部分を上少し押し上げあごと入れ歯の間に空気を入れるようにしてはずします。

●部分入れ歯の着脱方法



はずし方

バネに指をかけてはずしましょう。

入れ方

バネをかける歯の位置に合わせて指で最後まで入れましょう。(無理にかんで入れないで下さい)

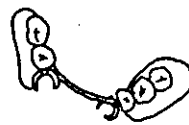
●入れ歯を洗いましょう



万が一、入れ歯を落としても、こわれないように水をはった洗面器等の上で洗いましょう。

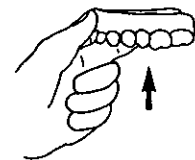


入れ歯の歯の部分や裏側もよく洗いましょう。



バネの部分も忘れずみがきましょう。(汚れが気になる部分は、時々洗浄剤を使いましょう)

point 3



入れ方

入れ方ははずし方の逆の手順で!!

入れ歯の中央部を人さし指で押し上げます。

point 4



入れ歯の保管

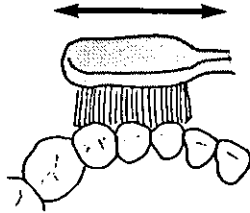
入れ歯は乾燥させると変型したりわれやすくなるので、特別に指示がある場合をのぞいて、寝る時や使用しない時は水を入れた容器に保管するのが基本です。

4 口の中の清掃

いろいろな種類の用具があります。大きさ、硬さ等、詳しくは歯科医師、
歯科衛生士に相談しましょう。

●歯ブラシを使って

歯のある人は歯ブラシを用いた清掃が重要です。
1~2本ずつ小刻みに動かします。

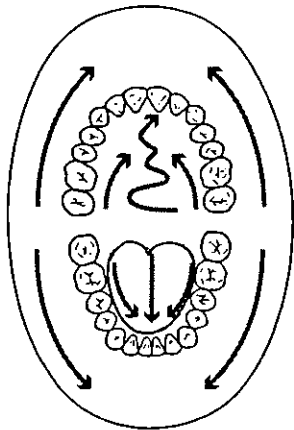


注意

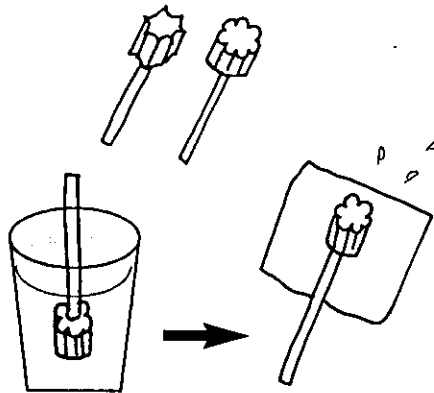
大きく動かさない！
力を入れすぎない！

●スポンジブラシを使って(ガーゼでも応用できます)

口の中の粘膜の清掃に使います。



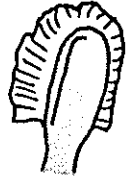
スポンジブラシによる粘膜の清拭



水でぬらす。

ガーゼ等で水分をとるか、
指で軽くしぼって使う。

point.5



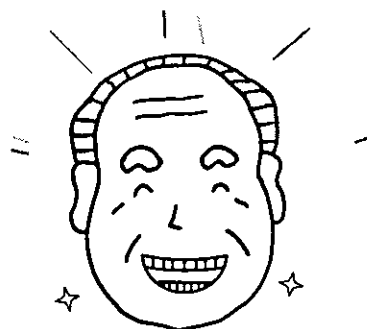
歯ブラシの裏から見て
このようになっていたら
変えましょう。

point.6

歯ブラシや歯間ブラ
シ、スポンジブラシな
どは、こまめに洗いな
がら使いましょう。

5 最後にうがいをしましょう

お口スッキリ、
サッパリ！



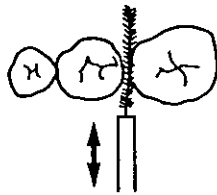
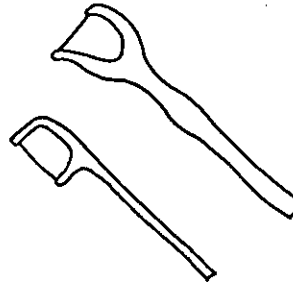
清掃用具のいろいろ

●歯間ブラシ

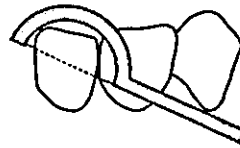


歯ブラシではとどかない
歯と歯の間の清掃に便利です。

●デンタルフロス

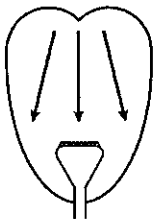
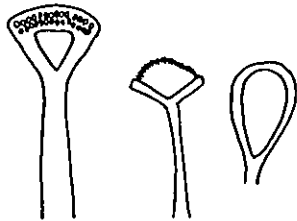


歯と歯の隙間に入れて、前後に動かします。歯間ブラシが入らない場合は無理に入れようとしないで下さい。歯肉を傷めてしまいます。



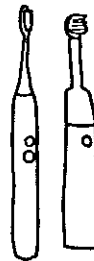
歯間ブラシでは通らないせまい
歯と歯の間の汚れを落とします。

●舌ブラシ



力を入れずに奥から手前にやさしく動かします。乾燥している場合には水や保湿剤で湿らせてから使いましょう。無理をせず数回にわけてとるようにしましょう。

●電動歯ブラシ



自動的に振動するので楽に歯磨きができます。

注意
歯に強く
あてすぎない
ように！

握力が弱く、自分では磨きづらい場合や介護者が磨く時に便利です。

これらの用具はスーパー、薬局等で購入できますが、
歯科医師、歯科衛生士の指導を受けてから正しく使いましょう。