

口腔ケアについて

口腔は、食物摂取だけでなく、発音・呼吸という大切な役割を持っている。生命維持だけでなくQOLということに着目すると重要な器官である。

口腔内は、温度・湿度・栄養面で微生物が繁殖しやすい環境にあり、その微生物による呼吸器感染症や全身疾患と密接に関連しており、口腔ケアは、う蝕や歯周疾患の予防を目的とするだけでなく、様々な疾病の予防や、介護予防にとって必要である。

●口腔ケアがもたらす効果

- ◆むし歯や歯周病を予防する。
- ◆口腔疾患（口内炎、舌炎、カンジダ症など）の予防を図る。
- ◆口臭を取り除き、不快感をなくす。
- ◆誤嚥性肺炎（嚥下性肺炎）を予防する。
- ◆全身的な感染症（病巣感染）を予防する。
- ◆気分を爽快にし、食欲を増進する。
- ◆口唇、舌、頬、咽頭の刺激やマッサージによって、摂食・嚥下訓練の一助となる。
- ◆発音、構音に關与する口唇、舌、軟口蓋のリハビリテーションとなる。
- ◆唾液の分泌を促進し、自浄作用を促し、口腔の乾燥を防ぐ。
- ◆味覚を保つ。
- ◆健康的な口元は、対人関係をスムーズにする。
- ◆日常生活にメリハリをつける。
- ◆敏感な口腔を刺激することによって、全身の緊張をほぐす。
- ◆歯磨きによる上肢、手指のリハビリテーションを促す。



●口腔ケアの前に口の中を観察しましょう。

観察するポイント

- 1 歯の状態は。(現在の歯の数、う歯の有無、治療歯の状態、歯の汚れ、口臭の有無)
- 2 歯肉の異常は。歯石の有無は。
- 3 入れ歯の適合は。
- 4 かみ合わせの状態は。
- 5 舌や粘膜の状態は。