



内閣総理大臣在任期間歴代1位となった安倍総理大臣が辞任されますね。アベノミクス、アベノマスク、サクラ問題、加計学園、森友学園問題などいろいろあり評価は賛否両論でしたが、持病を抱えながらめいめいいっぱい頑張られたんだと思います。一方で池江璃花子が水泳競技を再開しましたね。2019年2月に白血病を発症して造血幹細胞移植を受け体力低下著しい状態から、東京都特別水泳大会(50m自由形)で26秒32で全体の5位。普通ではあり得ない復活劇ですね。病気を抱えながら頑張っている人はいますが、これだけのことができる人は少ないはず。敬意を表したいと思います。

今回のテーマは口腔衛生。当院は高齢者が多く自分で口腔ケアできない人の多い病院です。口腔ケアの重要性を再確認しておきましょう。口腔ケアは虫歯予防だけでなく以下のいろいろな効果が期待できます。

①虫歯・歯周病の予防



②誤嚥性肺炎の予防

日本人の死亡原因の3位である肺炎の中でも、特に高齢者に多い誤嚥性肺炎は、唾液や飲み物、食べ物が誤って気管から肺に入り込んでしまう誤嚥の際に口腔内の細菌が肺に入ってしまうことで起きます。口腔ケアで口腔内細菌数を減らし、飲み込みの機能を維持向上すると誤嚥性肺炎を発生率を下げる効果が期待できます。

③唾液の分泌を促す ④口臭の改善 ⑤味覚の改善

舌に厚く舌苔が付着したり、口腔乾燥が進むと口臭の原因、味覚が鈍くなる原因になります。舌をきれいにし、刺激することで唾液分泌が進み、口腔内が潤ってくると味覚の改善効果があります。

⑥食前のケアで覚醒を促し食べる前のウォーミングアップ効果

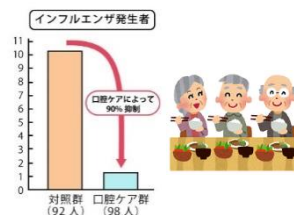
口腔ケアは食後に行うイメージが強いですが、寝たきりや要介護者の高齢患者では、食事前に行うと口の中がきれいに爽やかになり、唾液で潤い、食べるための口の動きのウォーミングアップにもなります。

⑦認知症の予防 ⑧心臓病や糖尿病の予防

歯のほとんどない人は20本以上残っている人より1.9倍認知症になりやすく、歯周病のある人は、心内膜炎、心筋梗塞や狭心症などのリスクが高まり、糖尿病も悪化することがわかっています。

⑨インフルエンザの予防

口は食べ物の入り口だけでなく、細菌やウイルスの入り口にもなります。ある介護施設で高齢者を対象に、歯科医師や歯科衛生士が専門的な口腔ケア(口腔清掃や清掃の指導)を実施したところ、通常の口腔清掃だけをしていた施設に比べ、予防接種の有無にかかわらずインフルエンザの発症が10分の1に抑えられた、という報告があります



食後だけでなく食前に口腔ケアをすることで食欲にも影響が出るかもしれませんね。インフルエンザの予防にも影響があるとすれば、Covid19に対する予防効果も、もしかしたらあるかもしれません。

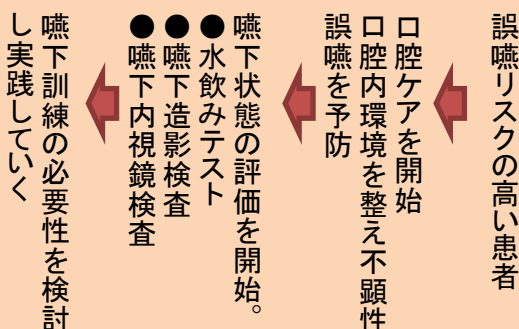
リハビリテーションのなかに摂食機能療法というものがあります。計画書に基づき医師、歯科医師の下で看護師、准看護師、歯科衛生士、理学療法士、作業療法士が1回につき30分以上の訓練指導をした場合に算定できます。嚥下機能を評価して摂食機能訓練を行い、できるだけ経口摂取できるように患者を誘導していきましょう。嚥下機能を評価するための、嚥下内視鏡検査は歯科にご依頼ください。



口腔ケアでサイレントアスピレーション*(不顕性誤嚥)を予防し、嚥下訓練へつなげていきましょう。

*睡眠中や口腔周辺の麻痺、加齢に伴う反射や神経系の衰えなどにより、本人の無意識のうちに、唾液や食物に混じて細菌類が気管に入ること。

摂食リハビリテーションへの流れ(案)



MWST(改訂水飲みテスト)の評価基準

- 評点1: 嚥下なし、むせるand/or呼吸切迫
 - 評点2: 嚥下あり、呼吸切迫
 - 評点3: 嚥下あり、呼吸良好、むせるand/or湿性嚔声
 - 評点4: 嚥下あり、呼吸良好、むせなし
 - 評点5: 評点4に加え、反復嚥下が30秒以内に2回可能
- ※評点が3点以下は問題あり。
※評点が4点以上であれば最大でさらに2回繰り返し、最も悪い結果を評点とする。

適切な患者に対して嚥下訓練を行うことで、保険請求できます。積極的に関わっていただけるスタッフ募集中です。