

# 口腔ケアについての 基礎知識

ゆきよしクリニック

言語聴覚士 山崎美穂

# 本日のメニュー

- I. 口腔ケアについての基礎知識
- II. 口腔ケアの進め方
- III. 症例紹介



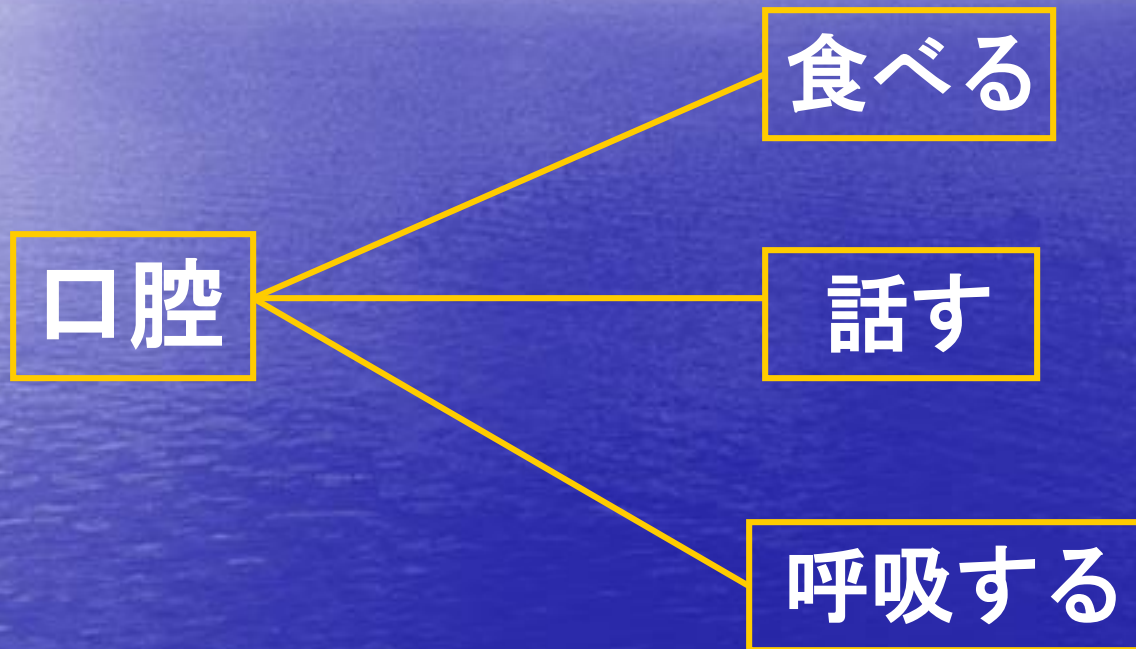
# I. 口腔ケアについての基礎知識

1. 口腔機能の重要性
2. 口腔ケアがもたらす効果
3. 摂食・嚥下機能を維持・回復させるケア
4. 社会性を回復させる口腔ケア

# I. 口腔ケアについての基礎知識

1. **口腔機能の重要性**
2. 口腔ケアがもたらす効果
3. 摂食・嚥下機能を維持・回復させるケア
4. 社会性を回復させる口腔ケア

# 1. 口腔機能の重要性



⇒ 生きていくうえで重要な機能

# 1. 口腔ケアの重要性

口腔ケアが行われないと、どうなるのか？



- ① 口腔内汚染悪化
- ② 食事に対する興味の低下
- ③ 身体機能の低下
- ④ 疾患の悪化

# 1. 口腔ケアの重要性

他にも...

## ⑤ 摂食嚥下機能の低下や障害

- ⇒
  - 食事摂取困難
  - 食事をおいしく味わない
  - 誤嚥性肺炎

# I. 口腔ケアについての基礎知識

1. 口腔機能の重要性
2. 口腔ケアがもたらす効果
3. 摂食・嚥下機能を維持・回復させるケア
4. 社会性を回復させる口腔ケア



## 2. 口腔ケアがもたらす効果

- ① 口腔状態への影響
- ② 身体面への影響
- ③ 精神面への影響

## 2. 口腔ケアがもたらす効果

- ① 口腔状態への影響
- ② 身体面への影響
- ③ 精神面への影響

# 口腔ケアがもたらす効果

## ① 口腔状態への影響

- 口腔内を清潔に保ち、**口腔疾患の予防**を図ることができる
- **摂食・嚥下障害が改善される**

## 2. 口腔ケアがもたらす効果

- ① 口腔状態への影響
- ② 身体面への影響
- ③ 精神面への影響

# 口腔ケアがもたらす効果

## ② 身体面への影響

- 誤嚥性肺炎の予防を図ることができる
- 味覚が敏感になり，食欲を高め，栄養状態がよくなる
- 口唇や舌運動，手指の機能を高める訓練につながる

## 2. 口腔ケアがもたらす効果

- ① 口腔状態への影響
- ② 身体面への影響
- ③ **精神面への影響**

# 口腔ケアがもたらす効果

## ③精神面への影響

- ・ 爽快感を得ることができ、意欲が高まる
- ・ 会話を取り入れることにより、対話不足による社会性の喪失を回避することができる

# I. 口腔ケアについての基礎知識

1. 口腔機能の重要性
2. 口腔ケアがもたらす効果
3. 摂食・嚥下機能を維持・回復させるケア
4. 社会性を回復させる口腔ケア



### 3. 摂食・嚥下機能を維持、回復させる 口腔ケア

罹患や高齢により、口腔機能が低下



- 唾液分泌の減少し、自浄作用が低下  
⇒ 口腔内が不衛生に...

### 3. 摂食・嚥下機能を維持、回復させる 口腔ケア

- うがい
- 舌運動
- 口の開閉運動
- 口を膨らませる運動
- 頸部運動
- 口腔内マッサージ
- 口腔周囲筋のマッサージ
- 唾液嚥下



口腔機能を回復させ、食事を快適に摂取するための  
の援助となる！

# I. 口腔ケアについての基礎知識

1. 口腔機能の重要性
2. 口腔ケアがもたらす効果
3. 摂食・嚥下機能を維持・回復させるケア
4. 社会性を回復させる口腔ケア

## 4. 社会性を回復させる口腔ケア

- ・ 会話不足のためなどにより、声が小さい人
- ・ 話すことを嫌がり，コミュニケーション不足に陥っている人
- ・ 障害で限られた発声しかできない人



日常生活の中で，さりげない言葉を交わすということが快適な食事摂取へとつながる！

## Ⅱ. 口腔ケアの進め方

1. 口腔内の評価
2. 口腔ケアの手順



# 1. 口腔内の評価

- 口蓋 → 汚れていないか
- 歯 → 黒くなっていないか, 汚れていないか
- 舌 → 舌苔がついていないか, 乾燥していないか
- 歯肉 → 腫れていないか, 赤くなっていないか
- 義歯 → 汚れていないか
- その他 → 痛み・出血・食物残渣の停滞・動揺歯の有無

## 2. 口腔ケアの手順

### ① うがいをする, スポンジブラシで汚れをかき出す

- ・ うがいが可能である人は, 誤嚥に十分に注意してうがいをしてもらう
- ・ うがいができない人は, スポンジブラシを用いて口腔内を湿潤させるとともに, 食物残渣を取り除く
- ・ 口唇を閉鎖し, 頬を膨らますことで嚥下体操にもなる

# 口腔ケアの手順

## ② 歯ブラシで磨く

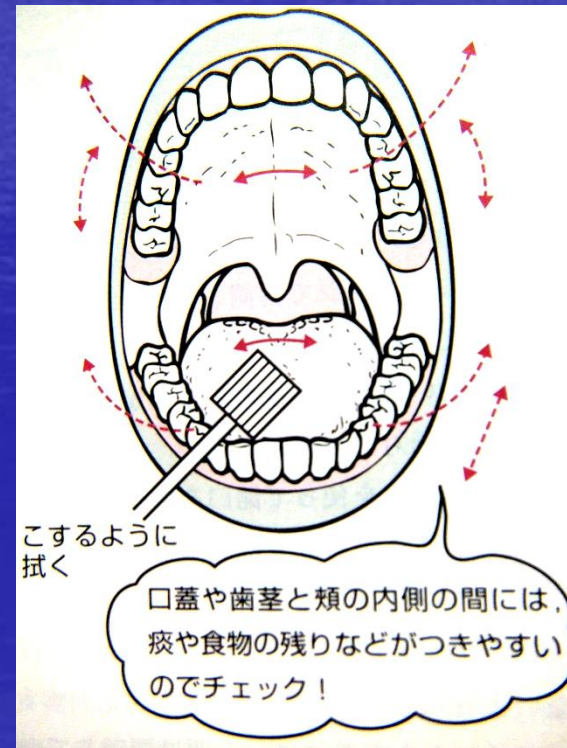
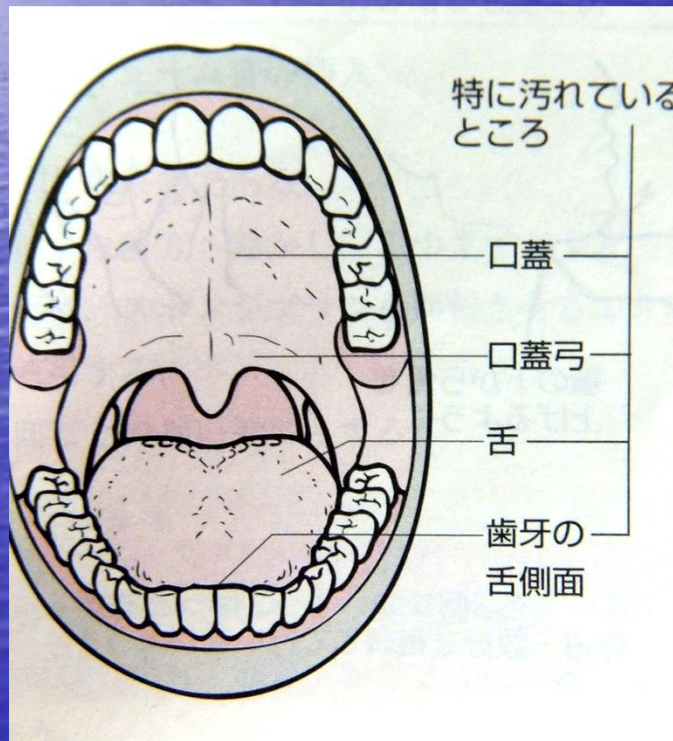
- ・ 歯ブラシの毛先を歯面に当て軽く振動させる
- ・ 歯面にこびりついた歯垢（プラーク）などは歯ブラシでなければ落ちない
- ・ 力を入れ過ぎないように注意しながら行う
- ・ 特に汚れが付きやすい歯頸部・歯間部・咬合面・内側も忘れずに！



# 口腔ケアの手順

## ③-1 スポンジブラシでブラッシングする

- 舌，口蓋，頬，口腔前庭などをスポンジブラシでブラッシングする



# 口腔ケアの手順

## ③-2 スポンジブラシでブラッシングする

- スポンジブラシで口唇や頬をストレッチすることで**口腔周囲筋**にはたらきかけ、**唾液の分泌**も促すことができる
- 口腔ケア時、随時**唾液嚥下**を促し、嚥下してもらおうことが**嚥下訓練**になる

# 口腔ケアの手順

## ④ 舌ブラシ（スポンジブラシ）で舌を磨く

- 硬めのブラシで強く行くと粘膜を傷つけることがあるので注意する
- 舌苔は一気に取り除こうとせず、時間をかけて対処することが大切
- 舌の突出・後退運動になり嚥下訓練になる

## 口腔ケアの手順

### ⑤ 義歯を使用している人は、義歯を磨く

- 義歯は流水下で義歯用ブラシ，もしくは硬い毛の歯ブラシを使用して磨く
- 義歯の洗剤は，仕上げの意味として使用する

# 口腔ケアの手順

## ⑥ 口腔内が乾燥している人は、湿潤する

- 仕上げにスポンジブラシなどにレモン水を含ませ、口腔全体を清掃する
- 最後にグリセリンやリップクリームを塗布する

## Ⅲ. 症例紹介

● 86歳 男性

診断名：認知症

現病歴：中学校の教師をしていた。退職をしてから畑仕事をしてきたが、5年前より動きに不安定さがあり、以後自宅で過ごすことが多くなる。

H19年頃より立位保持が厳しい状態。

H23.2月頃より呂律不良，流涎みられ食事に時間がかかるようになる。

妻の介護負担が増え，H23.6月より訪問リハ開始となる。  
現在，PT・ST訪問中。

# 症例紹介

家族主訴：できる限り今残っている機能を使い  
自分の力を維持してほしい

介護度：要介護2

その他：病院嫌いで今まで受診をしたことがない

# 開始時の口腔内の様子

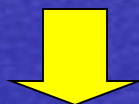
- 所々に食物残渣 (+)
- 舌苔 (+)
- 口腔内乾燥 (—)
- 自分の歯が 10 本残存
- 3食経口摂取も夜にうがいをする程度の口腔ケアしか行っていない
- 妻が促すも口腔ケアをしようとししない



# 口腔ケア開始前・後の比較

## ● 開始前

- ・ 歯磨きをしない
- ・ 寝る前にうがいをする程度



## ● 開始 1.5ヶ月後

- ・ 2,3回/W, 洗面所にてスポンジブラシを用いて自ら口腔ケアを行うようになる

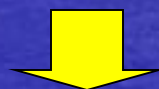
## ● 開始 6ヶ月後

- ・ ほぼ連日, 口腔ケアを行うようになる

# 開始前・後の口腔構音機能の比較

## ● 開始前

- 流涎 (+)
- 構音がはっきりせず何をしゃべっているのか分からない
- しゃべろうとせず，うなずき・首振りにて返事をする



## ● 開始後（6ヶ月後）

- 流涎減少
- 発話明瞭度 up
- 声を出して返答するようになる
- 電話の応対をし，その内容を妻に伝える

# まとめ

- ・ 口腔ケアは

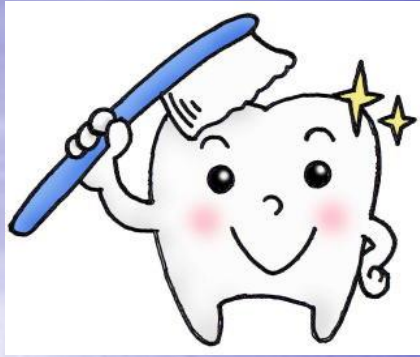
食べる

話す

呼吸する

という、生きていくうえで重要な機能の  
維持・改善をさせる役割がある

- ・ 口腔ケアは、他職種がその意識をもって  
取り組むことで、よりその力を発揮させる  
ことができる



ご静聴， ありがとうございます！