

「地域ケア会議」に歯科衛生士も助言者として参加しています

● 地域ケア会議とは

超高齢社会を迎え、厚生労働省は2025年をめどに、高齢者の尊厳の保持と自立生活の支援を目的に、可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、地域における包括的な支援・サービス提供体制、すなわち地域包括ケアシステムの構築を推進しています。地域ケア会議は、地域包括ケアシステムの実現に向けた手法として、高齢者個人に対する支援の充実(在宅生活の限界点の引き上げ)とそれを支える社会基盤の整備(地域づくり)を同時に図っていくことを目的としています。

具体的には、地域の支援者を含めた多職種による専門的視点を交えて、適切なサービスにつがっていない高齢者の支援や地域で活動する介護支援専門員の自立支援に資するケアマネジメントを支援するとともに、個別ケースの課題分析等を通じて地域の課題を発見し、地域に必要な資源開発や地域づくり、さらには介護保険事業計画への反映などの政策形成につなげることを目指すものです。

● 歯科衛生士の役割について

在宅療養者・要介護高齢者等の口から食べる機能を維持し、低栄養や誤嚥性肺炎を予防することは生活の質を維持・向上するために大切です。地域ケア会議において高齢者の歯科医療および口腔の健康ニーズを把握し、的確な助言を行うことで適切なサービス提供につなげることが歯科衛生士の役割です。

● 歯科衛生士が行う助言にはどのようなことがありますか

おいしく食べて元気で過ごすために、生活機能の課題と口腔の問題について、また口腔の課題に対し何が問題であるかを確認し、口腔機能の低下や、口腔衛生について介護主任専門員等の作成したケアプランに対して、口腔関連の支援が不足していないか、妥当な支援内容になっているか助言をします。具体的なアドバイスの概要を基本チェックリストの項目に合わせてまとめました。

1. 固いものが食べにくくなった人への助言例

固いものが食べにくくなった原因として考えられることは、
①う蝕^{しよく}や歯周病がある②噛み合う歯^かがない、または少ない
③義歯がない、または合わない④咀嚼筋^{そしゃく}や舌の筋力低下

⑤口腔乾燥などが考えられます。よく嚙んで食べていない、また軟らかいものばかりを食べていると咀嚼に関係する口の周りの筋肉や舌の力は低下します。そしてますます固いものが食べにくくなるという悪循環を引き起こします。どのようなもの

が食べにくいと感じているのか、実際にどのようなものを食べているのでしょうか？①②③に原因があるようでしたら、歯科受診を勧めてみましょう。噛むことのできる口にするのが大切です。④に問題があるようでしたら、口腔機能向上のための「お口の体操」などに取り組むようにしましょう。市町村で行う健康教室やサービス事業所で「お口の体操」の指導を受けると、より効果的な取り組みができるようになります。毎日、継続して行うようにしましょう。⑤については右の「3」を参考にしてください。



2. お茶や汁物等でむせる方への助言例

お茶や汁物などでむせる原因として①舌や唇の筋力低下②飲み込む力の低下③臼歯部咬合がない④姿勢が悪い⑤口腔乾燥が考えられます。嚥下機能が低下していると楽しみであるべき「食べること」自体が苦しくなります。また誤嚥性肺炎や窒息の危険があります。食べ方を改善することで、むせることが少なくなります。一口の量が多すぎないか、食べるスピードが遅くないか、しっかり噛んで飲み込んでいるかなど観察する必要があります。①②に問題があるようでしたら、口腔機能向上のための「お口の体操」などに取り組むようにしましょう。健康教室やサービス事業所で指導を受けるとより効果的な取り組みができるようになります。毎日、継続して行うようにしましょう。一口の量は無理なく食べられる量にすることやしっかり噛んで唾液とよく混ぜて飲み込むことなどをアドバイスしましょう。③でしたら歯科受診をしましょう。④では食べる時の体の



傾きなど確認しましょう。理学療法士に相談してみましょう。⑤については下の「3」を参考にしてください。

傾きなど確認しましょう。理学療法士に相談してみましょう。⑤については下の「3」を参考にしてください。

3. 口の渇きが気になる方への助言例

口の渇きの原因として①基礎疾患の影響②薬の副作用③口を動かさない④水分の摂取不足⑤口呼吸などが考えられます。唾液が歯や口腔の粘膜を保護して食べ物を食べやすくしていますので、唾液が少なくなると「飲み込みにくい」「舌や唇が傷つきやすい」「入れ歯の安定が悪い」などの困りごとが起こります。口の渇きが気にならないという方でも口腔乾燥がある場合もあります。「しゃべりにくそう」「義歯を調整しても合わない」「水をよく飲む」「のど飴をよくなめている」などがある人は口腔乾燥を疑う必要があります。口腔乾燥があると、口の中の細菌が増えやすくなるため、口の中を清潔にすることが大切です。口を動かすことで唾液が出るようになりますので、話をする機会を増やし、ゆっくりとよく噛むなどを心がけましょう。積極的に「お口の体操」などをする 것도効果的です。

歯科衛生士のための「地域ケア会議必携マニュアル」が出版されました

地域ケア会議に参加している歯科衛生士のための「地域ケア会議必携マニュアル」が出版されました。心構えや助言のポイント、研修方法や事例などを掲載しています。歯や口の問題に対応するために参考にしてください。ただき、ご活用ください。



【参考文献】

「歯科衛生士のための地域ケア会議必携マニュアル」医歯薬出版(株)
(公益社団法人日本歯科衛生士会 在宅・施設口腔ケア委員会)