

装着の必要性が少なくなっている、が考えられます。しかし、その一方で、重度の認知症であっても義歯を使用している患者も少なくないため、単に認知症を理由に義歯の使用が不可能と判断するべきではありません。

筆者は義歯を新しく製作する前に、

- 患者自身が義歯の必要性を理解している。
- 介護環境を含めて義歯の管理(衛生状態・誤飲や紛失防止)は確保される。
- 義歯の装着経験がある。

この3点を確認して、該当しない場合は治療を進めても、義歯の使用に至らない可能性が高いと判断しています。しかし、歯がない状態を放置したくないという家族の強い希望がある場合は、義歯が使用できる可能性が低いということを十分に理解していただいたうえで、安全性の確保を前提に治療を進めるケースもあります。

また、今まで使っていた義歯の装着を嫌がる、吐き出してしまう、義歯を装着するとかえって食事時間が長くなるといった場合も、まず歯科医師の診察を受けましょう。義歯の破損や、現在のお口の状態やかみ合わせの状態と義歯が適合していない場合は、修理や調整による改善が必要です。それらに問題がないにもかかわらず義歯の装着を拒む場合は、歯科医師は義歯装着の中止を検討します。

口の動きも二度童^{わらし}？

人が年老いて、再び子どものようになることを二度童といいますが、口の動きにも乳児期と同様な現象が再現することがあります。

刺激に対して、意識とは無関係に起こる筋肉の反

応を反射といいます。その中で乳児期に見られ成長とともにだんだんと消えていく反射を原始反射といいます(図1)。口腔に再出現する代表的な原始反射が吸啜反射、口すぼめ反射、咬反射です(図2)。口腔ケア

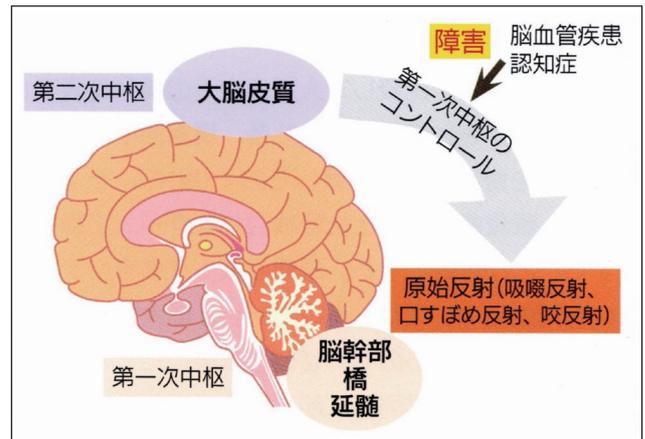


図1: 原始反射再出現のメカニズム。第一次中枢で司られている原始反射は、健康な成人では大脳の発達により第二次中枢でコントロールされて反射が抑え込まれた状態になっている。しかし脳血管疾患や認知症により、そのコントロールが障害されると原始反射が解放されて再出現する。(文献3より転載)



図2: 口腔に再出現した原始反射。

(A) 吸啜反射: 指を口腔内に入れると、口唇や硬口蓋、舌、下顎でしっかり捉えて舌は前後に動く。



(B) 口すぼめ反射: 上口唇の中央を指さきで軽くたたくと、口唇が突出してしわができる。



(C) 咬反射: 下顎臼歯部に指や歯ブラシを置いたときに、噛むような下顎の上下運動がみられる。(文献3より転載)

「健口」が「健康」への第一歩

3タイプの歯みがき剤からアプローチ

泡タイプ薬用はみがき

オラリンス

【高濃度フッ素1450ppm配合^{*1}】

むし歯・歯周病^{*2}
口臭予防に

薬用はみがき

ヒペリオ

【高濃度フッ素1450ppm配合^{*1}】

歯周病^{*2}、むし歯、
歯石沈着予防に

薬用デンタルリンス

**ヒペリオ
ナイトケア**

歯周病^{*2}・口臭予防を
おやすみ前に

SHOWAの歯みがき剤

*1: 6歳未満のお子様の手の届かない所に保管し、使用させないでください。
*2: 歯周病は歯肉炎、歯肉炎の総称です。

発売元 昭和薬品化工株式会社

〒104-0031 東京都中央区京橋二丁目17番11号
TEL: 0120-648-914 (受付時間) 9:00~17:30(土・日・祝日・弊社休日を除く)

製造販売元 日本ゼトック株式会社

〒163-0512 東京都新宿区西新宿一丁目26番2号

2021年2月作成 (DNTA45C-21LCP02)

や食事介助の時に、認知症高齢者が「なかなか口を開けない」、「スプーンを噛んでしまう」といった相談を介護者から受けることがあります。歯ブラシやスプーンが唇に触れると口をすぼめてあたかも拒否しているように見えるのは口すぼめ反射と考えられます。また、口腔ケアの時に歯ブラシを噛んだり、食べ物を口にいられたまいつまでも下顎を動かし続けたりするのは咬反射の可能性があり³⁾。

義歯卒業

筆者はこれらの口腔に関連した原始反射の再出現を義歯卒業(義歯使用中止)の1つの目安にしています。その中でとくに注目するのは咬反射です。咬反射による下顎の動きは、一見咀嚼運動を行っているように見えますが、そうではありません。単純な上下運動の繰り返しで、舌は前後または上下の動きが中心です。この運動では、適合が良い義歯を使っても、自身の歯がすべて残っていても咀嚼が不可能です。咬反射による下顎の動きを本来の咀嚼と見誤って、咀嚼が必要な形態の食事が提供されていることがあります。その場合は口腔内で、食物の粉碎とのどへの送り込みが十分にできないため、窒息・誤嚥の危険を伴います。この段階では食物の窒息・誤嚥と低栄養の予防を念頭に、義歯の使用を中止して咀嚼を必要としない食形態へ変更します。

義歯卒業は経口摂取が不可能ということではありません。食事形態の適切な選択や、食事介助の工夫により経口摂取を継続できることがほとんどです。いままでに述べてきたことが義歯卒業の目安です。その他に、義歯により粘膜を傷つけてしまう(図3)、義歯自体を誤飲してしまう可能性が高い場合も義歯の使用を中止せざるを得ません。いずれの場合も最終的判断は歯科医師に委ねましょう。



図3: 義歯の一部が舌に刺さり抜けなくなったため、救急搬送された70歳代男性。

おわりに

2025年には認知症の人は700万人前後になり、65歳以上高齢者に対する割合は、約5人に1人に上昇すると推測されています。認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)では7つの柱が提示されています。その2つ目の柱として、「認知症の容態に応じた適時・適切な医療・介護等の提供」が示されています。この基本的な考え方は、「発症予防⇒発症初期⇒急性増悪時⇒中期⇒人生の最終段階」といった認知症の容態の変化に応じて適時・適切に切れ目なく、そのときの容態に最もふさわしい場所で、医療・介護が提供される仕組みを実現することが示されています。今、義歯についても「認知症の容態の変化に応じた適時適切な対応」が求められています。

参考文献

- 1) Yamamoto T, et al. Association between self-reported dental health status and onset of dementia: a 4-year prospective cohort study of older Japanese adults from the Aichi Gerontological Evaluation Study (AGES) Project, Psychosom Med, 74 (3): 241-248, 2012.
- 2) 日本老年歯科医学会(編). 認知症の人への歯科治療ガイドライン. 東京: 医歯薬出版, 2019.
- 3) 廣瀬知二. 歯科訪問診療のやりがい よもやま話 第5回: 認知症高齢者の義歯適応、そして義歯卒業宣言. QDT, 45(5): 60-61, 2020.



Thinking ahead. Focused on life.

歯面研磨材
LUNOSプロフィーペースト

研磨力を抑えたPMTCペーストです。



100g



50g

LUNOSプロフィーペースト 2in1
1本で粗研磨から最終研磨まで対応、効果の良いクリーニングに。

LUNOSプロフィーペースト スーパーソフト
仕上げ用として歯面の滑沢化とつや出しに。ハイドロキシアパタイト配合。

製造販売 株式会社モリタ 大阪本社: 大阪府吹田市垂水町3-33-18 〒564-8650 T 06.6380 2525 東京本社: 東京都台東区上野 2-11-15 〒110-8513 T 03.3834 6161 お問合せ: お客様相談センター T 0800.222 8020 (フリーコール) 販売名: LUNOSプロフィーペースト 一般的名称: 歯面研磨材 医療機器の分類: 一般医療機器(クラスI) 医療機器届出番号: 27B1X00109000340 標準価格: LUNOSプロフィーペースト 2in1 4,000円(消費税別) LUNOSプロフィーペースト スーパーソフト 2,600円(消費税別) 2021年5月21日現在
www.dental-plaza.com

全国各地から 兵庫県歯科衛生士会

HYOGO

元気100歳を目指した口腔健康寿命の延伸事業 ～人生の折り返し地点、50歳からのオーラルフレイル予防～

人生100年時代といわれている昨今、健康寿命を延ばすことへのさまざまな取り組みが行われています。オーラルフレイル予防事業が全国的に展開され、リーフレットも多くありますが、折り返し地点の50歳をターゲットにしたものを目にすることはありません。

そこで兵庫県歯科衛生士会では、日本歯科衛生士会の「地域歯科衛生活動助成事業」を受けてリーフレットとパネルを作成しました。当初は、DVDも作成する予定でしたが、コロナ禍において集合して行う動画撮影が困難なことから、DVD作成は取りやめ、パネル作成に予定を変更しました。リーフレットやパネルは事業所の特定健康診査時の歯科保健指導や多職種との研修会で活用し、また会員や県民に対して広く普及しましたので報告します。



特定健康診査での歯科保健指導

事業目的

平成30年度からの、神戸市の委託事業(オーラルフレイル対策事業)で、65歳・66歳にオーラルフレイルチェックを実施した結果、約8割の方に口腔機能の低下が認められたことが明らかになりました。そこで、高齢期の口腔機能の低下を防ぐためには成人期からの口腔機能低下を予防することが重要と考え、健康寿命100歳を目指して、50歳からオーラルフレイル予防に取り組むことを目的に実施しました。

期待される効果

歯科診療所やイベント等での具体的な指導場面において50歳からわずかな口腔機能低下に気づき、早い時期から広く口腔機能について関心を持ってもらうことが、高齢期の口腔機能低下を早期に防ぐことにつながります。

また、う蝕や歯周病による歯の喪失予防を促すことや、1本の歯牙の喪失による義歯の有用性を周知し、咬合維持の必要性や喪失歯放置による口腔と全身の影響などを早期から理解することで、100歳までの口腔健康寿命の延伸が期待できると考えます。

事業内容

(1) リーフレットとパネルの検討・作成

成果物：リーフレット 5,000部
 パネル 1セット8枚×11セット(本会+10支部)
 担当：普及啓発委員会
 検討会：第1回 令和2年9月6日(日)
 神戸市のオーラルフレイル事業に出務した経験を
 生かして、リーフレットの項目、内容について検討
 第2回 令和2年11月29日(日)
 リーフレットの最終検討

※第1回、第2回ともリーフレット作成について経験豊富な講師を依頼し、作成手順や内容についてご意見を頂きました。

リーフレット内容 —— お口の健康への5つのキーワード——

- ① むし歯
 - 二次カリエス、根面カリエス

- フッ化物応用の効果
- ② 歯周病
 - 歯周病と全身疾患の関係
 - 歯周病と喫煙やストレス、生活習慣病との関係
- ③ くいしばり・口腔乾燥
 - くいしばりのセルフチェック
 - 口腔乾燥の原因・ストレスや、服薬との関係
- ④ 噛む力を保つ
 - 噛む力の減少が及ぼす影響
(栄養不良、歯並び等)
 - 失った歯を補う方法
(ブリッジ、入れ歯、インプラントの紹介)
- ⑤ セルフケアのポイント
 - デンタルフロス、歯間ブラシ、舌ブラシの使用

(2) リーフレット・パネルの活用

兵庫県内の東部、西部、北部の3地域での事業を実施し、会員、10支部、関係部署への配付を行った。

- ① 特定健康診査でのリーフレットを活用した歯科保健指導の実施
 - 日 程：令和3年2月2日(火)・11日(木・祝)・14日(日)
 - 場 所：西宮市 阪急西宮ガーデンズ
 - 対 象：特定健康診査受診者のうち希望者
 - 参加人数：141名
 - 内 容：早期にオーラルフレイルを意識してもらえようリーフレットを活用して、口腔機能低下予防の必要性、また歯の早期喪失における口腔と全身の影響等について、グループ指導



② フレイル対策研修会においてリーフレット・パネルの活用

- 日 程：令和3年3月8日(月)
- 場 所：姫路市 南保健センター
- 対 象：医療職、介護職、地域包括支援センター、保健センター等の関係職員
- 参加人数：60名

③ 支部研修会でのリーフレット・パネルの紹介

- 日 程：令和3年3月14日(日)
- 場 所：養父市 養父公民館
- 対 象：但馬支部会員
- 参加人数：11名

④ 会員への配付

- 日 程：令和3年1月

⑤ 支部長会においてリーフレット・パネルの紹介

- 日 程：令和3年2月7日(日)
- 対 象：10支部20名

⑥ 兵庫県庁オーラルフレイル・フレイル担当課への配付

⑦ ホームページへの掲載

意識の向上につながる取り組みとなりました。

また、フレイル対策研修会においては、パネルを展示したことで、講義だけでなく知識を深める良い機会となりました。

オーラルフレイルの対象は65歳からが一般的ですが、リーフレットの活用は65歳までの成人を対象とした歯科保健指導

に取り組む機会となりました。

今後は、支部長会、支部研修会、ホームページで周知することで、会員それぞれが個々の職域や地域活動の場において活用する機会が広がることを期待しています。



フレイル対策研修会におけるリーフレットの活用



フレイル対策研修会におけるパネルの活用

成 果

特定健康診査での歯科保健指導では、フレイルやオーラルフレイルについて知らない方が多かったので、知識の普及について効果が得られました。メタボ指導とフレイル指導を並べて話す機会となり、100歳になっても自分の歯を大切に使うイメージを持てたのではないかと思います。若い世代から、フレイルやオーラルフレイルを知っていただくことにより、人生の最後まで自身の歯を大切にすることへの

今後に向けて

新型コロナウイルス感染拡大のため、予定していたイベントの変更や中止によりリーフレットやパネルを活用する機会が少なく、集団や対面での普及が困難でした。

今後、withコロナで、徹底した感染予防をしながら、県民により安全に安心した啓発活動を模索しながら普及していきたいと考えています。

(公益社団法人兵庫県歯科衛生士会 前副会長 花房 千重美)

薬用 歯磨

医薬部外品

歯科医院用

100 years since 1922 SHOFU 2022

100年先にも輝く笑顔を Bright smiles for another 100 years

虫歯予防に有効なフッ化物 1450 ppm 高濃度配合

硝酸カリウム 乳酸アルミニウム 配合

知覚過敏症状の “強い味方”

知覚過敏症状の予防と歯のトータルケア

メルサーージュ ヒスケア

2021年8月現在の標準患者価格(消費税込み)です。

包装・価格

メルサーージュ ヒスケア 80g

1本: ¥1,078

かじれる、しあわせ。

世界の歯科医療に貢献する

株式会社 松風

www.shofu.co.jp

本社●〒605-0983京都市東山区福福上高松町11・TEL(075)561-1112(代)

厚生労働大臣許可番号 13-ユ-302400

歯科衛生士の 就職・転職は Quacareer

クオキャリア

WEB求人 サイト

就活 情報誌

DH 就活フェス

— 歯科衛生士の「働く」のそばに —

最新情報はWEBをチェック

クオキャリア 検索

株式会社クオキャリア 〒170-0005 東京都豊島区南大塚 3-46-3 いちご大塚ビル 6F

https://www.webqua.jp

☎ 03-5927-9442 (平日11:00-18:00)

歯科衛生だより vol.64 05

特に気をつけたい妊娠中のオーラルケア

人生には幼少期、壮年期、高齢期などオーラルケアに特に注意が必要な時期やタイミングがあります。その一つが「妊娠中」です。妊娠中は体調が優れず、オーラルケアがおろそかになりがちです。その結果、むし歯や歯周病が進行しやすくなってしまいます。ここでは、なぜ妊娠中に注意が必要なのか、また負担の少ないお手入れの方法について紹介いたします。

妊娠中に起こりやすいお口の変化

- 歯肉に腫れや出血がある
- 冷たいもの、熱いもので歯がしみる
- 歯や歯肉に痛みがある
- 唾液がネバネバする感じがする
- 気分が悪くて、しっかり歯みがきができない



つわりがあるときの歯みがきのポイント

つわりのある時の歯みがきはつらいものですが、次の工夫をしながら磨きましょう。

- 体調の良いときに磨く
- 体調の悪いときはブクブクうがいを行おう
- 歯ブラシはヘッドが小さめのものを選ぶ
- 歯を磨くときは歯ブラシを小さく動かす
- 顔を下に向けて磨く
- においの強い歯磨剤を大量に使わない
- テレビを見ながら、音楽を聴きながら、お風呂にはいりながらなど「ながらみがき」を行う
- 間食は砂糖不使用のものを選ぶ

なぜ妊娠中にトラブルが起こるの？

妊娠により女性ホルモンが急激に増加することで、プレボテラ・インターメディアという歯周病原性細菌が増殖し歯周病が進行しやすくなるといわれています。また血管の透過性が高まり、唾液の粘性が高まり、口腔の自浄作用が低下することで歯肉の炎症や出血が起こりやすくなります。妊娠中に起こる歯肉の炎症のことを「妊娠性歯肉炎」といいます。

さらに「つわり」による食べ物の好みの変化や食事回数の増加、気持ち悪さからくる歯みがきの不足などから、口腔環境が悪化してむし歯や歯周病のリスクが高くなります。

私はむし歯が多いのですが、赤ちゃんもむし歯になりやすいですか？

歯並びや歯の質、唾液の性質など、むし歯のなりやすさに関係する遺伝的なものもあります。しかし、それよりも、赤ちゃんが育つ環境に左右されることが多くあります。生まれてからの家庭での食事や飲み物の与え方、歯みがきなどの生活習慣が赤ちゃんのむし歯をつくります。むし歯菌はお母さんから赤ちゃんに伝播することが多いので、妊娠中に食生活の習慣の見直しを行いましょう。また妊娠中の歯周病も胎児への影響が報告されています。安定期に歯科にて

SUNSTAR

ガムシリーズ

史上最細・最太タイプ

ガム・プロズ 歯間ブラシL字型

歯周病菌とたたかう

NEW 4S 最細

ウレタンコーティングワイヤー採用

断面図

ウレタンコーティング
ワイヤー

※イメージ図

●ウレタンコーティングワイヤーは4Sのみの採用。

NEW LL 最太

密毛タイプ

●患者希望価格4本入 220円(税込)

●プラスチック(ポリエチレン)製

●抗菌部位:毛、抗菌剤:クロルヘキシジン

商品についての質問・ご不明な点は、下記へお問い合わせください。

サンスター株式会社
〒569-1195 大阪府高槻市朝日町3番1号 TEL:072-682-4733 FAX:072-684-5669

©登録商標。GUMは登録商標です。

妊婦歯科健診を受け、むし歯や歯周病などがあれば早めに治療しておくことをおすすめします。

赤ちゃんの歯の発育について

● 赤ちゃんの歯の発育

赤ちゃんの歯が生え始めるのは生まれてから6～8か月頃ですが、歯のもとになる芽(歯胚)がで始めるのは妊娠7～10週頃です。さらに妊娠4～5か月頃からはこの歯の芽にカルシウムやリンがくっつき、少しずつ硬い組織になり、歯の形を作っていきます。

● 赤ちゃんの歯に必要な栄養素

歯の発育に必要な栄養は、歯を硬くするカルシウムやリンばかりでなく、歯胚の形成に役立つ良質のタンパク質、カルシウムの代謝を助けるビタミンD、Eや歯質の基礎を作るビタミンA、Cなど様々です。赤ちゃんの丈夫な歯を作るためにも、バランスのとれた食事を心がけるようにしましょう。

歯に必要な栄養素と食品例

歯の基礎をつくるもの

たんぱく質: 卵、牛乳、豆腐

歯の石灰化を助けるもの

カルシウム: ひじき、チーズ、しらす干し
リン: 米、牛肉、豚肉、卵

歯の表面のエナメル質をつくるもの

ビタミンA: 豚肉、レバー、ほうれん草、にんじん

歯の象牙質を作るもの

ビタミンC: ほうれん草、みかん、さつまいも

カルシウムの代謝や石灰化に影響するもの

ビタミンD: バター、卵黄、牛乳



つわりが落ち着いたら妊婦歯科健診へ

お母さんと生まれてくる赤ちゃんのお口の健康を守るために妊娠中に歯科医院を受診しましょう。歯周病やむし歯がないか、また他に治療が必要な歯がないかチェックを行います。

産後は赤ちゃんのお世話が優先になり、自分の歯科医院への通院時間を取るのが難しくなることも予想されますが、赤ちゃんにご自身のお口の健康のために産後も定期的に歯科医院を受診する習慣をつけましょう。お口の状況や歯みがきの方法で気になることがあれば気軽に歯科衛生士にお尋ねください。

妊娠中の歯科受診は大丈夫？

歯科受診に対し不安を持つ方もいらっしゃるかもしれませんが、基本的には大丈夫です。時期としては妊娠中期(約5～7か月)の受診がお勧めです。歯科を受診する際には「妊娠していること」を必ず伝えてください。歯科医院では治療内容や期間はもちろんのことですが、体勢や使用する薬など母体に考慮した対応をしてくれます。産科の先生にも「歯科に行きたいのだが、何か気を付けることは?」などと相談してもいいでしょう。

痛みを我慢したり、放っておくのは、かえってストレスになることもあります。普段からトラブルを起こさないようなお口づくりが一番大切です。妊娠中でも気軽に相談できるかかりつけの歯科医院を元々持っていることも大切です。お母さんのお口が健康であることが、将来お子さんのお口の健康にもつながります。



(公益社団法人日本歯科衛生士会 診療所委員会)

デンタルハイジーン別冊

すぐできる! ずっと役立つ!

口腔内写真撮影入門

齋藤善広・吉田彩乃 著

こんな方にオススメです!

プライベートではスマートフォンのカメラしか使わない方、マニュアル設定を使ったことがない方、一眼レフカメラにはじめて触る方、カメラの基本的な知識が知りたい方... etc. 臨床に活かせる“見せられる口腔内写真”が撮れるようになります。



■ AB判/104頁/カラー ■ 定価3,850円(本体3,500円+税10%)

ペリオバカ養成講座 メンテナンス編

学びの門戸を開くための102の質問

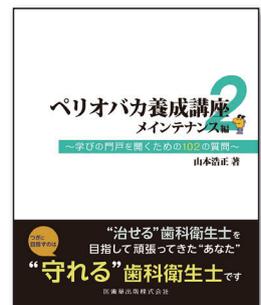
山本浩正 著

2

「ペリオバカ1」の続編として、『デンタルハイジーン』に好評連載。

大幅加筆し、書籍化した
待望の第2弾!

● メンテナンスにまつわる102の質問(ペリオバカ度診断)を収載。豊富なエビデンスや臨床例を、Dr.Hiroの軽妙な解説とイラストにより、楽しくわかりやすくまとめました。



■ AB判/176頁/カラー ■ 定価 5,940円(本体 5,400円+税10%)

LION

歯科用



※香味イメージ

Check-Up standard

医薬部外品

香味、爽やか

マイルドシトラスミント 新登場

発売より25年。多くの歯科医院様にお取り扱いいただき、累計出荷数量2200万本^{※1}。フッ化物高濃度配合、独自のフッ素高滞留組成のチェックアップスタンダードに、爽やかなマイルドシトラスミント 新発売。

Check-Up standard マイルドピュアミント	販売名：チェック・アップSTCa	メーカー希望患者様向け価格/個：550円(税抜き)
Check-Up standard マイルドシトラスミント	販売名：チェック・アップSTCb	

※1 1996年～2020年ライオン歯科材料 出荷数量

●フッ化物高濃度配合品(1450ppmF)の6才未満への使用は控え、子供の手の届かない場所に保管してください。



ライオン歯科材料株式会社

〒130-8644 東京都墨田区本所 1-3-7 TEL.03(3621)6183

ライオン歯科材料

<https://www.lion-dent.com/>

株式会社モリタ