

歯科衛生だより

発行人/吉田 直美
 発行/公益社団法人 日本歯科衛生士会
 〒169-0072 東京都新宿区大久保2-11-19
 TEL.03(3209)8020 FAX.03(3209)8023
<https://www.jdha.or.jp/>

2023 June vol. **75**

大規模災害時における歯科保健医療と 歯科衛生士への期待

こ だま つよし
 日本歯科医師会常務理事 **小玉 剛**

はじめに

内閣府は近い将来、発生が切迫する大規模地震として、南海トラフ地震、日本海溝・千島海溝周辺海溝型地震、首都直下地震、中部圏・近畿圏直下地震への警戒を呼び掛けています。とくに南海トラフ地震、首都直下地震は、今後30年以内に発生する確率が70%と高い数字で予測されています。さらに近年は、気候変動などによる豪雨災害も頻発しており、平時からの都道府県歯科医師会や二次医療圏ごとの歯科衛生士も含めた多職種での災害対応への体制整備が喫緊の課題となっています。

大規模災害と歯科保健医療の役割

近年の大規模災害は、1995(平成7)年の阪神・淡路大震災、2004(平成16)年の新潟県中越地震、2011(平成23)年の東日本大震災、2016(平成28)年の熊本地震、2017(平成29)年の九州北部豪雨災害、西日本を中心とした2018(平成30)年の豪雨災害等があり、それらの経験を踏まえながら、歯科保健医療は被災者健康支援の方策を進歩させています。

歯科保健医療の役割として、発災直後の救急歯科医療の提供、72時間以降の中・長期にわたる避難所・仮設住宅における適切な口腔健康管理の実施、それらを必要に応じて継続し、誤嚥性肺炎による震災関連死を防止することが重要です(図1)¹⁾。

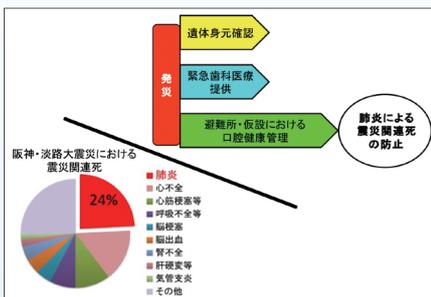


図1: 大規模災害時に歯科の果たす役割¹⁾

厚生労働省が2021(令和3)年に発表した人口動態統計月報年計の概況によると、我が国の死因の5.1%は肺炎で5位、誤嚥性肺炎は3.4%で6位、合計すると8.5%となり、4位の脳血管疾患を超えて3位となります。また肺炎による死亡者の約95%以上を65歳以上の高齢者が占めるとの報告もあり、平時からの肺炎予防は大きな課題となっています。

1999(平成11)年の「口腔ケアによる誤嚥性肺炎予防」の知見により、また大規模災害時の歯科医師会や大学歯学部などによる避難所や高齢者施設などにおける組織的な対応の成果もあり、肺炎による震災関連死者数は、1995(平成7)年1月発災の阪神・淡路大震災の223名から2004(平成16)年10月発災の新潟県中越地震では8名と大幅な減少につながりました(図2)¹⁾。

	阪神・淡路大震災	新潟県中越地震
犠牲者	6,434	68
震災関連死	921 (14.3%)	52 (76.4%)
震災関連死における肺炎	223 (24.2%)	8 (15.3%)
仮設住宅孤独死者数	233	75歳以上: 6名 (平均年齢86.8歳)
復興住宅孤独死者数	717	

図2: 阪神・淡路大震災と新潟県中越地震の比較¹⁾



令和5年度「歯と口の健康週間」ポスター

大規模災害時には、避難生活のストレスから心身の機能低下をきたし、さらに生活不活発病へとつながります。体調の変化により摂食嚥下機能が低下することがあり、そこへ口腔環境の悪化、易感染性の亢進が重なることで、誤嚥性肺炎を発生しやすくなります。従って、避難所などの環境改善によるストレスの軽減、体力や抵抗力をつけるための低栄養の防止、肺炎発症予防のための口腔健康管理の徹底が極めて重要です。

歯科衛生士は専門職種として、質の高い口腔健康管理の担い手として極めて貴重な人材です。災害時の歯科保健医療支援内容は、時間経過により変化しますが(図3)²⁾、避難所や仮設住宅での住民への口腔衛生についての直接の指導だけでなく、被災地で活動する歯科保健医療チームの連絡・配置の調整など(コーディネート)や業務調整(ロジスティクス)を担うこともあります。

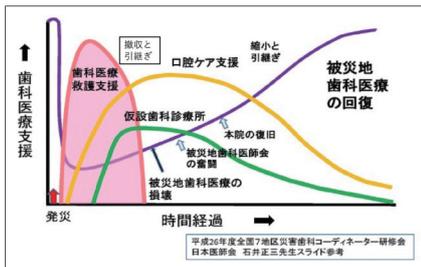


図3: 歯科保健医療支援内容の時間経過²⁾

「日本災害歯科保健医療連絡協議会」における体制整備

日本歯科医師会(以下、「本会」)は、災害時の対応として「日本災害歯科保健医療連絡協議会」(以下、「連絡協議会」)の基幹事務局を担っています(図4)。

日本災害歯科保健医療連絡協議会
平成 27 年 4 月設置

<目的>
大規模震災後の避難所・仮設住宅、被災者等への歯科保健医療の提供は、JMATと帯同する病院歯科医師から中長期の仮設住宅・高齢者施設等への口腔ケアや歯科相談等の提供に至るまで、様々な歯科関係職種との継続的な支援が必要である。

そのため、日本歯科医師会主導の下、**歯科関係団体同士の連携や災害対応に関する認識の共通化を図るとともに、各歯科団体独自の行動計画等の情報集約や共有を促し、有事に際して国や都道府県との連携調整を行い、被災地の歯科医療救済や被災者の歯科支援活動を迅速に効率よく行うべく、協議していく。**

令和4年8月に「災害歯科保健医療連絡協議会」から名称変更併せて、都道府県版の連絡協議会規則のひな型を作成

図4: 日本災害歯科保健医療連絡協議会

災害時にオールデンタルで支援活動を行うJDAT(Japan Dental Alliance Team: 日本災害歯科支援チーム)の創設は、都道府県歯科医師会(7地区代表)をはじめとする日本歯科衛生士会も含めた歯科関係各団体の他、日本医師会、内閣府、厚生労働省、防衛省をオブザーバーとして組織する連絡協議会において検討され、2022(令和4)年3月2日、全ての参画団体から賛同を得て発足しました(図5)。

日本災害歯科保健医療連絡協議会<参画団体>

- ① 日本歯科医師会
- ② 都道府県歯科医師会(全国7地区歯科医師会)
- ③ 日本歯科医学会
- ④ 日本私立歯科大学協会
- ⑤ 国立大学歯学部長・歯学部附属病院院長会議
- ⑥ 全国医学部附属病院歯科口腔外科科長会議
- ⑦ 日本病院歯科口腔外科協議会
- ⑧ 日本歯科衛生士会
- ⑨ 日本歯科技工士会
- ⑩ 全国行政歯科技術職連絡会
- ⑪ 日本歯科商工協会

※オブザーバー: 内閣府、厚生労働省、防衛省、日本医師会(JMAT関係者)ほか

図5: 日本災害歯科保健医療連絡協議会の参画団体

JDATは、地域の実情に応じて全ての都道府県で編成し、災害発生後おおむね72時間以降に、地域歯科保健医療専門職により行われる、

緊急災害歯科医療や避難所等における口腔衛生を中心とした公衆衛生活動を支援することを通じて被災者の健康を守り、地域歯科医療の復旧を支援すること等を目的とします(図6)。

各都道府県における災害歯科支援チームの編成について

- ◆ 「2040年を見据えた歯科ビジョン」に明記した「自然災害発生時の、緊急歯科医療の提供、災害関連死の防止、避難生活における口腔健康管理の継続的な実施、関係団体との連携、人材育成」の方向性に沿った試みとして令和3年4月に都道府県歯科医師会に依頼
- ◆ 各都道府県におけるチーム数について、自県の大学、歯科衛生士会、歯科技工士会等と連携した上で、最低限の目安として、保健所1つ当たり1チームは編成
- ◆ 被災県であった場合と非被災県(被災していない県)であった場合とで、歯科支援チームを被災して2週間後から2か月後まで出動(派遣)することを想定して以下のフェーズごとに編成

<p><被災県の場合></p> <p>① 発災7日後～2週間後 386チーム</p> <p>② 同2週間後～4週間後 356チーム</p> <p>③ 同4週間後～8週間後 375チーム</p>	<p><非被災県の場合></p> <p>① 発災7日後～2週間後 315チーム</p> <p>② 同2週間後～4週間後 315チーム</p> <p>③ 同4週間後～8週間後 323チーム</p>
--	---

図6: 全国におけるJDATのチーム編成

将来的に厚生労働省の保健医療活動チームに位置付けられることを目指していますが、すでに2022(令和4)年7月22日に都道府県知事あてに発出された厚生労働省の局長連名通知「大規模災害時の保健福祉医療活動に係る体制の整備について」や国の「第8次医療計画」には、JDATの記載があります。

今後は、都道府県歯科医師会、歯科衛生士会、歯科技工士会などのご理解とご協力を得ながらチーム編成を充実させたいと考えます。

日本歯科衛生士会におかれましても「災害歯科保健活動歯科衛生士実践マニュアル2022年度版」を作成され、体制整備と人材育成・登録や被災地での具体的な行動計画を立案されています。ここに示される「災害歯科保健活動時の掲示物・配布資料集」は、災害時だけでなく、国民一人一人の日頃からの健康づくりの情報としても役立ちます。日本歯科衛生士会のウェブサイトよりダウンロードして活用できます。

また、日本歯科医師会のウェブサイトにも「災害歯科医療対策について」を掲載しており、「避難所掲示・配布用ポスター等」から関連の資料をダウンロードできます。

厚生労働省の「災害歯科保健医療チーム養成支援事業」による人材育成

本会は、2018(平成30)年度より厚生労働省の「災害歯科保健医療チーム養成支援事業」を受託し、災害歯科保健

厚生労働省医政局歯科保健課 令和4年度予算

◎災害医療チーム養成支援事業(歯科分野)
3,622千円(平成30、31年度)→5,439千円(令和2～4年度)

DMAT(災害派遣医療チーム)の活動終了後、被災地の医療機能が回復するまでの間の医療支援等を担う民間の医療チームに所属する医療従事者(歯科医師、歯科衛生士等)の養成(研修)に必要な経費を支援する。

平成30年度より予算化され、厚生労働省 医療関係者研修費等補助金 災害医療チーム等養成支援事業 「災害歯科保健医療チーム養成支援事業」として

令和3年度に「標準マニュアル」作成 → 令和4年度より「災害歯科保健医療体制研修会」として(令和4年度よりフォーラムによる事前研修を導入) → 令和2年度からは「災害歯科保健医療アドバンス研修会」を加えて実施

図7: 厚生労働省 災害医療チーム養成支援事業(歯科分野)

医療体制研修会を開催して人材育成に努めています。地区や行政、大学など様々な立場から、多くの歯科衛生士も参加しています(図7)・(図8)。

また、都道府県や地区歯科医師会でも研修会が開催できるように「災害歯科保健医療標準テキスト」を2021(令和3)年12月に発行しました(図9)。

「令和4年度の日程」 ※3年ぶりに実地開催

【災害歯科保健医療体制研修会】
★eラーニング修了が受講条件

- ① 東日本ブロック 2022年11月19日(土)、20日(日)
- ② 中日本ブロック 2022年12月17日(土)、18日(日)
- ③ 西日本ブロック 2023年1月21日(土)、22日(日)

全ブロック共通
1日目:午後1時30分～午後5時10分
2日目:午前9時30分～午後5時

【災害歯科保健医療アドバンス研修会】
★全国7ブロック(地区)に分けて、そのブロックにおいてリードする人材の育成を図る

2023年2月19日(日)午前9時30分～午後5時

図8:災害歯科保健医療体制研修会と災害歯科保健医療アドバンス研修会

「標準テキストの主な内容」

【災害歯科保健医療】
◎災害歯科保健医療概論
◎災害歯科支援チームの実現に向けて
◎保健医療支援におけるロジスティクス担当者の役割
◎災害時における歯科医師会の対応
◎災害時の歯科保健医療活動

【国における災害対応】
◎大規模災害時における政府の初動対応について
◎災害時における保健医療の対応
◎厚生労働省における災害医療体制
◎防衛省・自衛隊における災害活動

【活動における連携・共有】
◎災害時の歯科保健医療活動
◎日本医師会の災害対応
◎サイコソジカルファーストエイド
◎歯科医師のための災害復興法医学のすすめ

【災害時における身元確認】
◎歯科における身元確認体制
◎警察における大規模災害時等の多数遺体取扱について
◎海上保安庁における歯牙鑑定

【参考資料】
◎JDAT 目的・趣旨
◎施設・避難所等 歯科口腔保健ラピッドアセスメント票
◎歯科保健医療支援アクションカード
◎Q&A集
◎略語/用語集

★定価3,190円(税込)
★販売先:一世出版株式会社

図9:災害歯科保健医療標準テキスト 2021(令和3)年12月発行

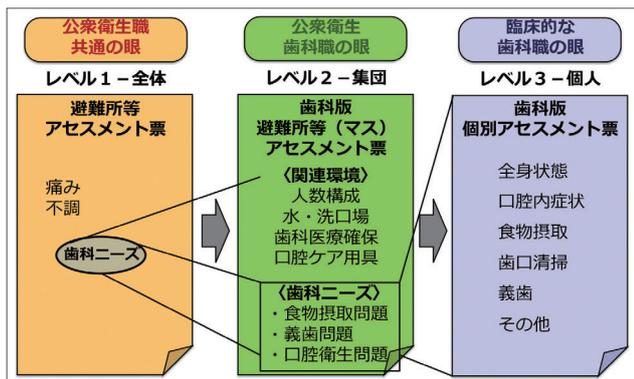


図10: 歯科口腔ニーズアセスメントのレベル³⁾

被災状況のアセスメントは対象とするレベルで変化しますが(図10)³⁾、実際の災害現場を想定した演習では、レベル2(避難所や施設等の集団)を対象にした「施設・避難所等歯科口腔保健ラピッドアセスメント票(集団・迅速)日本歯科医師会統一版」(図11)を活用し、時系列での評価や行動計

画の策定などの模擬演習を行います。アセスメント票は避難所ごとに集計し、市町村や保健所の保健医療福祉調整本部や都道府県の災害対策本部と情報を共有します。

市町村における現場対応、都道府県からの支援、それぞれの立場を想定して多職種で行う演習とディスカッションを通じて有意義な成果があがっています。

「施設・避難所等 歯科口腔保健ラピッドアセスメント票(集団・迅速)日本歯科医師会統一版」

「施設・避難所等 歯科口腔保健ラピッドアセスメント票(集団・迅速)日本歯科医師会統一版」

「施設・避難所等 歯科口腔保健ラピッドアセスメント票(集団・迅速)日本歯科医師会統一版」

図11:「施設・避難所等 歯科口腔保健ラピッドアセスメント票(集団・迅速)日本歯科医師会統一版」

むすびに

大規模災害時の対応には、歯科専門職だけでなく行政関係者や多職種が、平時からお互いの顔の見える関係性を構築し、共通の言語で関係性を深めておくことが重要です。そして被災地では、これまでの知見と経験を最大限に生かしながら、多職種で対応することで質の高い被災者健康支援につながります。

使命感と責任感を共有することができる歯科衛生士の多くの参画があれば、これ以上心強いことはありません。

参考文献

- 1) 中久木康一:第64回日本口腔衛生学会シンポジウム3東日本大震災後の関係機関における災害時歯科保健医療の取組—大規模災害に備えて—歯科における災害対策の変遷について、2015年5月29日。
- 2) 平成27年度 日本歯科医師会 災害歯科コーディネーター研修会 資料(大黒英貴改変)。
- 3) 「災害時公衆衛生歯科機能について考える会」提言、平成25年10月。



「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 **オラリス** [高濃度フッ素1450ppm配合]^{*1}

薬用はみがき **ヒペリオ** [高濃度フッ素1450ppm配合]^{*1}

薬用デンタルリンス **ヒペリオ ナイトケア** [高濃度フッ素1450ppm配合]^{*1}

むし歯・歯周病・口臭予防に

歯周病、むし歯、歯石沈着予防に

歯周病・口臭予防をおやすみ前に

SHOWAの歯みがき剤

株式会社 ジーシー 昭和薬品

株式会社 日本ゼット株式会社

*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、歯周炎の総称です。

全国各地から 福岡県歯科衛生士会

高齢者のオーラルフレイル予防事業

～高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施への取組 第2報～

FUKUOKA

福岡県歯科衛生士会では、令和2年度に引き続き、令和3年度の事業は「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施」に対応できる人材を育成するための取組を行いました。

新型コロナウイルス感染症が収束し、通いの場での活動が始まった時に、楽しくオーラルフレイル予防教室ができるように、アクティビティ集の作成など準備を進めましたので、2年目の報告をいたします。

事業の目的

現在はコロナ禍で通いの場でのオーラルフレイル予防教室も、マスクを外さない、大きな声を出さないなどの制限を受けながら実施しています。感染に配慮しながらの歯科保健指導は少し面白みを欠く内容になっているように感じていました。

そこで、コロナウイルス感染症が収束した時に高齢者と楽しみながらオーラルフレイル予防教室を実施することを目的に、アクティビティ(活動)*集の作成や高齢者とのコミュニケーション能力を高めるための研修会を開催することにしました。

※人間の行動や作業、業務手順の単位のこと

事業内容

● アクティビティ集の作成

オーラルフレイル予防教室を実施している歯科衛生士の中には、実際に指導はしているもののその内容をきちんと理解しないまま行っている歯科衛生士がいることが分かりました。

そこで、高齢者になぜこのアクティビティをするのか、効果やエビデンス(証拠、根拠、形跡)を分かりやすい言葉で説明できるように工夫したアクティビティ集を作成しました。

難易度を「★易しい ★★普通 ★★★難しい」で示し、個人向けか集団向けか、時間の目安を記載し、効果に応じて選択できるものになりました。媒体の作り方を分かりやすく写真で示したので、初心者にも取り組みやすいアクティビティ集になったと思います。また、^{えんげ}嚥下体操や口腔機能向上の指導内容について、そのままコピーして渡せる資料も掲載しました。

アクティビティ集は、福岡県歯科衛生士会ホームページ「歯とお口の健康づくり」からダウンロードできます。



アクティビティ集

コピーして渡せる資料

● コミュニケーションスキルアップ研修会(Web配信)

相手に理解を得やすい歯科保健指導をするのは難しいものです。ついつい自分の話したいことだけ話して満足しているということも多いように感じます。そこで、高齢者の気持ちに寄り添う大切さや行動変容のための声かけのポイントなどについて学びたいと考え、コミュニケーションスキルアップ研修会を開催しました。

日 時：令和3年10月23日(土)

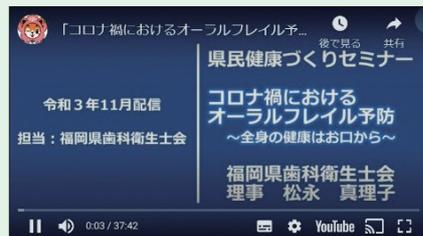
演 題：「人との関係をONにする～理解を得やすい歯科保健指導のために～」

講 師：臨床心理士 久保山 武成(ルバート代表)

受講者：27名

● 通いの場での高齢者教室の開催

オーラルフレイル予防教室は、コロナ禍のため2回しか実施できませんでしたが、そのうちの1回は、福岡県医師会の「県民健康づくりセミナー」で



天然歯本来の歯面を

ノンフッ素歯面クリーニング

Adonest® FINE

DENTAL FINAL POLISHING CREAM without fluoride

アドネスト® ファイン

歯面研磨材(仕上げ研磨)

ノンフッ素

ピーチフレーバー

Adonest® COARSE

DENTAL SCALING CREAM without fluoride

アドネスト® コース

歯面研磨材(粗研磨)

ノンフッ素

ライチフレーバー

□ ホワイトニング前のクリーニングに

□ 補綴物装着前の清掃に

□ 矯正用のブラケット装着前に

各種歯面処置前のクリーニングにご使用いただくことにより、天然歯本来の歯面を提供し、処置の効果を最大限発揮しうる環境を整えるプロケア用のベストです。

アドネスト® ファイン
 ■ 仕上げ研磨材(一般的名称:歯面研磨材)
 ■ 一般医療機器 医療機器届出番号 13B1X0015400022

アドネスト® コース
 ■ 粗研磨材(一般的名称:歯面研磨材)
 ■ 一般医療機器 医療機器届出番号 13B1X0015400023

製造販売業者
 株式会社 ネオ製薬工業株式会社
 〒150-0012 東京都渋谷区広尾 3丁目1番3号
 Tel. 03-3400-3768 (代) Fax. 03-3499-0613
 お問い合わせ ☎ 0120-07-3768

YouTube配信されたことにより、多くの方々にオーラルフレイル予防の内容を視聴していただくことができました。

視聴回数：327回(令和4年3月末時点)

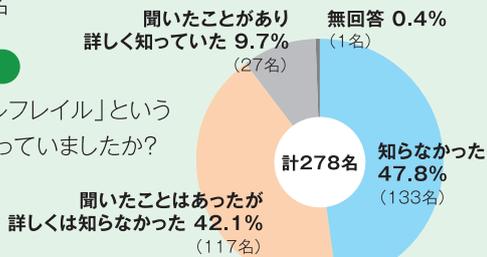
●「歯ミング教室」アンケート調査

令和2年度に作成した「歯ミング教室」テキストを使った高齢者教室において、アンケートを実施しました。アンケート調査を実施したことで、オーラルフレイルについての認知度を知ることができました。

回答278名

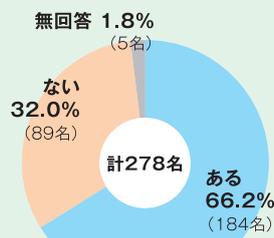
質問3

「オーラルフレイル」という言葉を知っていましたか？



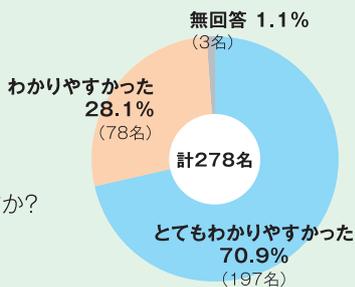
質問4

お口のおとろえを感じることはありますか？



質問6

今日のお話はわかりやすかったですか？



事業の成果

アクティビティ集を作成したことにより、高齢者と楽しみながら実施できるアクティビティを歯科衛生士に周知することができ、初心者でもスムーズに取り組める環境をつくることができました。

また、コミュニケーションスキルアップ研修会を通して、高齢者の気持ちに寄り添いながら、オーラルフレイル予防のモチベーションを高めていただく方法について学ぶことができました。今後の高齢者との関わり方について活かすことができると思います。

アンケートの実施により、オーラルフレイルの認知度やお口の衰えの自覚、講話の理解度を知ることができました。オーラルフレイルについて「詳しく知っている」が10%以下だったものの、講話は、「とてもわかりやすかった」「わかりやすかった」を合わせると99.0%で、「歯ミング教室」テキストを使ったことでわかりやすく歯科保健指導ができたと思われまます。

今後に向けて

令和6年度までにすべての市町村で「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施」が行われることを考え、どの市町村でも歯科衛生士がオーラルフレイル予防の歯科保健指導ができる体制を整え、地域格差の縮小に努めてきました。

しかしながら、歯科衛生士のマンパワーは充足しているとは言えない状況です。2年間で作成した媒体を活用して、オーラルフレイル予防教室に関わる歯科衛生士を増やしていくことが今後の課題だと感じています。

また、一般の方々にはオーラルフレイルの認知度は、まだまだ低いいため、今後も継続して「オーラルフレイル予防について」周知啓発していくことが必要であると考えています。市町村とも連携し、歯科衛生士が関わることでお口の健康を守り、健康寿命の延伸に貢献できることを理解していただけるよう努力していきたいと思ひます。

(一般社団法人福岡県歯科衛生士会 専務理事 松永 真理子)






ソニックアープレミアムオールインワンブラシ

NEW

HX9091/25 (ホワイト)

特長1 歯垢除去

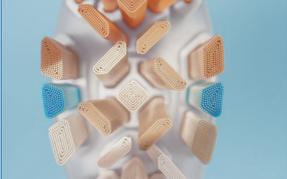
角度のついたブラシがあらゆる角度から歯垢に届く。

特長2 スタイン除去

毛先一本一本が三角形の形をしているため、気になるスタインを除去。

特長3 歯肉ケア

ブラシヘッドのサイドの毛束で優しくブラッシングし歯肉をケア。








是非、院内セミナーでご体感下さい。院内セミナーのお申込みはこちらから

●仕様および外観は、製品改良のため予告なく変更することがありますので、予めご了承ください。

●ご使用に際しましては、製品添付の取扱説明書をお読みください。

輸入元 株式会社フィリップス・ジャパン

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 T 06-6380-2525

東京本社：東京都台東区上野2-11-15 T 110-8513 T 03-3834-6161

お問合せ お客様相談センター＜歯科医療従事者様専用＞ T 0800.222.8020(フリーコール)

www.dental-plaza.com



らくらく、やさしく、清潔に。

介護では、口腔ケアも大切だから。



エラック

らくらくハミガキ

らくらくハブラシ 620

【医薬部外品】 容量：90g

介護するひと、されるひとの笑顔を 口腔健康でつなぐ



エラック ハミガキ(販売名：エラックハミガキa)メーカー希望小売価格/個：638円(税込) エラック 620 S(ソフト)・ES(エクストラソフト)メーカー希望小売価格/個：275円(税込) ●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所に保管してください。

ライオン歯科材株式会社

〒111-8644 東京都台東区蔵前 1-3-28 TEL.03(6739)9012

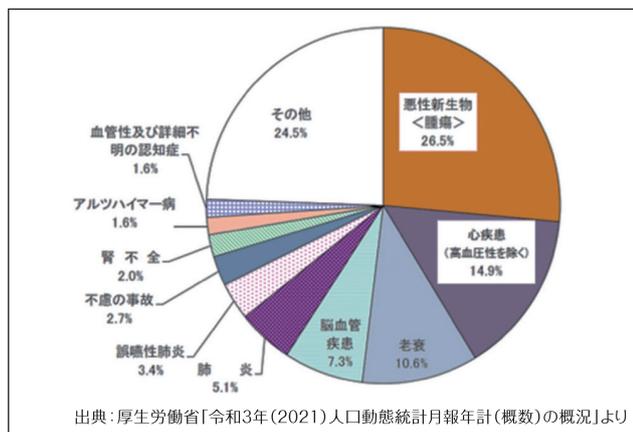
ライオン歯科材

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

「誤嚥性肺炎」をご存じでしょうか。

現在、我が国の死亡原因の第1位は悪性新生物(がん)、第2位に心疾患、第3位に老衰と続き、第6位が誤嚥性肺炎となっています。

誤嚥性肺炎による令和3年の死亡者数は49,489人で、1日当たり136人が亡くなっていることとなります。



主な死因の構成割合(令和3年(2021))

誤嚥性肺炎はなぜ起きるの？

誤嚥性肺炎は、主に食べ物や唾液を誤嚥(食道ではなく気管に入ること)して起きるものですが、発症には口の中の衛生状態、全身の健康状態、栄養状態など、いくつかの要因が関係しています。

誤嚥しても、咳反射(気管に入った食べ物や唾液を咳により外に出そうとする防御反応としての反射)がしっかり起きること、異物を外に出せると誤嚥性肺炎の発症のリスクは下がり

ます。しかし、咳反射が起きにくい、誤嚥してもむせが起きない不顕性誤嚥もあるので注意が必要です。不顕性誤嚥では、喉に痰が絡んでゴロゴロしている、食事中や食後にガラガラした声になる、微熱が続くなどがみられることがあります。

食べること飲み込むことのメカニズム

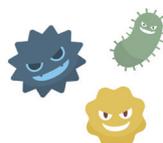
誤嚥性肺炎の原因について、もう少し詳しくみていきましょう。食べることを「摂食」、飲み込むことを「嚥下」と言います。

私たちは食べ物を認識し、口の中に取り込み、噛み(咀嚼)舌でまとめて飲みやすい塊(食塊)にします。食塊を舌で「咽頭」と呼ばれる喉の奥に送り込み、嚥下すると食道から胃へと送られます。

この一連の動作の中の一つ、または複数が上手く機能しなくなったことを「摂食嚥下障害」といいます。摂食嚥下障害により、食べ物の認識ができない、舌や頬の動きが悪い、しっかり飲み込めないなどでは誤嚥しやすくなり、頻回の誤嚥は誤嚥性肺炎を起こしやすくなります。



口の中の細菌を誤嚥する？!



口の中には通常でも多くの細菌がありますが、口腔衛生状態が悪いと細菌数はさらに多くなります。細菌が増えた状態で誤嚥すると、多くの細菌も食べ物や唾液と一緒に誤嚥することになり、誤嚥性肺炎を起こしやすくなります。

歯科衛生士のための 歯科医療安全管理

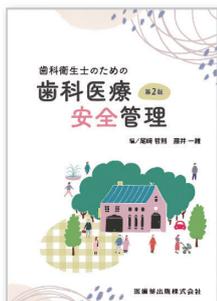
第2版

尾崎哲則・藤井一維 編

歯科医療現場での必要性を見据え、
医療安全管理の全体像を系統立てて解説した

歯科衛生士のためのテキスト 第2版!

「医療法」第5次改正によって義務づけられた“医療安全管理体制の整備”について、歯科医療現場において具体的に何をするのかを系統立てて解説したテキストです。医薬品および医療機器の安全管理責任者として歯科衛生士が習得しておきたい知識を、図表をまじえてわかりやすく解説。



■B5判/184頁/2色 ■定価 3,960円(本体 3,600円+税10%)

月刊 デンタルハイジーン別冊

まるごとわかる ブラキシズム

馬場一美 編著
西山 暁
宮脇正一 著

プラークコントロールの次は、
フォースコントロール(力のコントロール)!

顎口腔領域に生じる力から患者さんを守ろう!

本別冊では、顎口腔領域に生じる力の全体像を示したうえで、ブラキシズムについてのその定義から分類、睡眠時ブラキシズムと覚醒時ブラキシズムの病態や診断、そして治療アプローチについて系統立てて解説。ブラキシズムについてイチから理解し、まるごと臨床に活用できる一冊です。



■AB判/130頁/カラー ■定価 3,850円(本体 3,500円+税10%)

栄養状態が誤嚥性肺炎の発症リスクを左右する?!

栄養状態が良く、身体が健康であるのが理想です。栄養状態が悪い、痩せている、体力がない状態では、誤嚥をした際に誤嚥性肺炎の発症リスクが高くなります。



誤嚥性肺炎を予防するには

① 口唇・舌・頬などの口の動き、飲み込む力を保つ工夫

摂食嚥下障害には認知の問題、口の動きの問題、飲み込みの問題など様々あることを伝えました。私たちが明日からできることとして、口唇・舌・頬など、口の動きを保つ運動を行うこと、飲み込みの力をつけるために声を出し歌う・話す、首や肩などの運動を行うようにしましょう。(本会ウェブサイト「歯とお口の健康情報」ページに関連情報が掲載されています。)

② 口の衛生状態を保つ

口の衛生状態を保つためには、毎食後に歯ブラシで清掃することが基本です。しかし、複雑な形の口の中では細かな部分に汚れが残りやすくなります。

また、口の中が乾燥すると、歯に付着した汚れが取れにくい、食物が飲み込みにくいなどが起きることがあります。口腔乾燥には唾液腺のマッサージを行う、舌・頬・口唇を動かすことで唾液の出を促進する方法があります。口腔の乾燥の状態により適切な対応方法がありますので気になる方は歯科医院にご相談ください。

③ 栄養状態を良く保つ

日本人の標準的な体重はBMI(Body Mass Index: 体格指数)が目安になります。

計算式 BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

成人では18.5～25.0が普通体重となります。18.5未満では低体重(痩せ型)で栄養状態に注意が必要です。(65歳以上の目標とするBMIは21.5～24.9)

体重だけでなく、必要な栄養素がバランスよく摂れていることも大切です。左右の奥歯でしっかり噛み、美味しいものを「美味しい」と感じながら食べるのが大切です。

誤嚥性肺炎を起こさないために

誤嚥性肺炎を起こさないために、飲み込む力をつける、口の衛生状態を保つ、バランスよく食べ栄養状態を保つことを心がけましょう。

また、定期的に歯科医院に通院し、口の中の疾患の検査、歯のクリーニング、磨き方のアドバイスを受けることなどをお勧めします。



参考文献:

厚生労働省 令和3年(2021) 人口動態統計月報年計(概況)の概況
<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/geppo/nengai21/dl/gaikyouR3.pdf>

(公益社団法人 日本歯科衛生士会 在宅・施設口腔健康管理委員会)

SUNSTAR

BUTLER

口腔粘膜、気になる傷口のケアに

傷口をカバーして保護するお口の液体絆創膏

バトラー マウスベール お口の液体絆創膏

Mouth Veil Oral Liquid Bandage 液体包帯 一般医療機器

[分類]一般医療機器 [一般的名称]液体包帯 [販売名]バトラー マウスベール お口の液体絆創膏

[届出番号]27B1X00134000003 [内容量]90mL

※本品は一般医療機器「液体包帯」であり、保険請求はできません。

使用方法、使用上の注意などについては添付文書をご参照ください。

商品についてのご質問・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

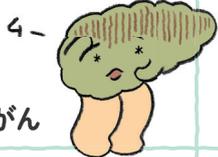
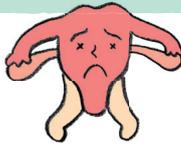
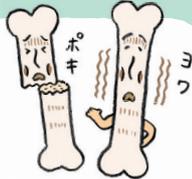
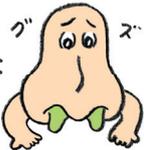
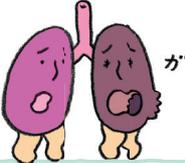
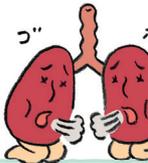
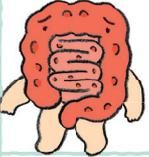
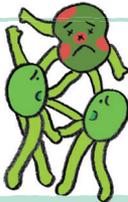


※内容物のイメージ画像



®登録商標。BUTLERは登録商標です。2021年11月作成

歯周病のおともだち 図鑑

<p>膵臓がん</p> 	<p>糖尿病</p> 	<p>早産 低体重児出産</p> 	<p>骨粗鬆症</p> 
<p>掌蹠膿疱症</p> 	<p>パージャール病</p> 	<p>腎炎</p> 	<p>関節リウマチ</p> 
<p>脳梗塞</p> 	<p>認知症 アルツハイマー病</p> 	<p>心筋梗塞 狭心症 心内膜炎</p> 	<p>アトピー性皮膚炎</p> 
<p>緑内障</p> 	<p>副鼻腔炎</p> 	<p>動脈硬化</p> 	<p>敗血症</p> 
<p>サルコペニア</p> 	<p>誤嚥性肺炎</p> 	<p>気管支喘息</p> 	<p>精神疾患 (うつ)</p> 
<p>食道がん</p> 	<p>胃潰瘍</p> 	<p>胆のう炎</p> 	<p>頸肩腕障害</p> 
<p>大腸がん</p> 	<p>クローン病</p> 	<p>虫垂炎</p> 	<p>非アルコール性脂肪性肝炎 (NASH)</p> 
<p>肥満 (メタボリックシンドローム)</p> 	<p>リンパ節炎</p> 	<p>抜け毛 薄毛</p> 	<p>味覚障害</p> 

実は歯周病と関わりのある病気はこれだけではありません。
本当はもっと沢山あるんです。歯周病菌が血中にはいると
さまざまな病気を引き起こす原因になります。
コンクールFを使って、歯周病ケアしましょう。

ConCool
dental scientific approach

