

歯を大切に！

～ 2 階入所者の口腔内調査 ～

介護老人保健施設 セージュ山の手

豊田 絢子¹⁾

1) 介護福祉士

1. はじめに

1 日の中で楽しみにしていることのひとつが食事である。食事をするうえで大切なことが噛む事(咀嚼)であり、咀嚼にはたくさんの効果がある¹⁾。唾液の分泌は、食べ物の残りカスや菌を洗い流し口腔内をきれいにし、虫歯や口臭予防にもつながる。また筋肉や舌を意識的、反射的に反応させ脳や身体に刺激を与えるので脳の老化を防ぎ運動効果も高まるといわれている。年齢を重ねることで自歯の減少や義歯を使用して咀嚼力が弱まっている方も多いと思われ、2 階入所者の口腔内の状況を調査し、その結果を報告する。

2. 調査方法及び内容

平成 17 年 8 月 30 日から平成 17 年 9 月 10 日までの期間で入所者(ショートステイを除く 34 名) 一人ひとりに直接聞いてまわる対談方法にて、口腔内の調査を行った。

調査内容は「義歯を使用しているか、また自歯は残っているか?」「義歯装着感はどうか?」である。調べた結果、義歯を使用している方が 29 名と約 80%の人数を占めており、また自歯の残っている方は 20 名で約 60%、自歯もなく義歯も使用していない方が 2 名で約 10%いることがわかった(図 1)。さらに義歯を使用している 29 名を調査したところ、「義歯が合っている」と 24 名約 80%の方が答えてくれた。しかし「合っていないと感じながら義歯を使用している」方が 5 名約 20%

いた(図 2)。「食べ物によっては噛みにくいと感じている」、「上下のどちらかが合わないと感じている」などの意見が聞かれた。

次に自歯の残っている方への問題点として口腔ケアがあげられるため、入所者(34 名)を観察し口腔ケアの支援状態として「自力で口腔ケアを行っているか?」、「どこで口腔ケアを行っているか?」、「どのように行っているか?」を調べた。その結果、自分で洗面所にて口腔ケアが行える、自分で歯磨きカップの準備ができ、自立している方が 10 名で約 30%、介助者が歯磨きカップを用意セッティングするなど一部介助が必要な方 22 名で約 60%、介助者が口腔ケアを行う方が 2 名で約 10%であった。自室で口腔ケアを行っている方は 8 名で約 30%、デイルームにて行う方が 26 名約 70%でほとんどの方がデイルームにて口腔ケアを行っていた。また歯磨きをして、さらに洗浄、除菌などのケアをする方が 21 名約 60%で、歯磨きのみを行っている方が 11 名で約 30%、自歯もなく義歯も使用していないので、ゆすぐのみの方が 2 名約 10%という結果になった。

3. 考察

義歯を使用している方が多く、その中で合わないと感じている方が 5 名約 20%いた。食べることが出来ないほど深刻な状況ではなかったが、義歯が合わないことによって食事をする意欲の低下や、それによる体力・免疫力・

機能の低下、など体への悪影響もあるので、今後は定期的な歯科検診が必要ではないかと考えた。また「食べ物によって噛みにくいことがある」と言う方にその食材を聞いたところ、「蒟蒻などのツルツルしたものが噛みにくい」との回答を得た。今後はこの食材の提供方法などを本人や栄養士、看護部長などと相談し考慮していきたい。

口腔ケアについて調べた結果、ほとんどの方がデイルームにて行っていることがわかった。デイルームでの口腔ケアは、介助者の目も届き、こちらからのケアも行き届く。しかし洗面台が狭いためもう少し広く使えるよう設置できれば口腔ケアがもっと充実するのではないかと考える。また自室にて口腔ケアを行っている方は自立している方が多いとはいえ、介助者の目が届きにくく、入所者に負担に思われぬ程度の観察や声かけを心がけていきたい。口臭が気になる方は、口腔ケアの正しい指導や洗浄の促しなどが必要となる

ので注意していきたい。

4. 最後に

義歯や自歯と上手に付き合っていくことが、美味しく物を食べることにつながり、またそれが健康や毎日を楽しむことにも繋がるといえる。この実態調査を通して口腔内に問題を抱えている方、まだ表面上は問題ではないが注意すべき点、介助者としての働きかけが必要な点を発見することができた。一人ひとり楽しんで安定した生活を送っていただくためにも、これからも入所者の状況を把握し、問題を抱えて生活することのないよう取り組んでいきたい。

文 献

- 1) 日本訪問歯科協会 公式ホームページ(平成 17 年 8 月 7 日):「今日から始める口腔ケア」(<http://www.houmonshika.org/>)

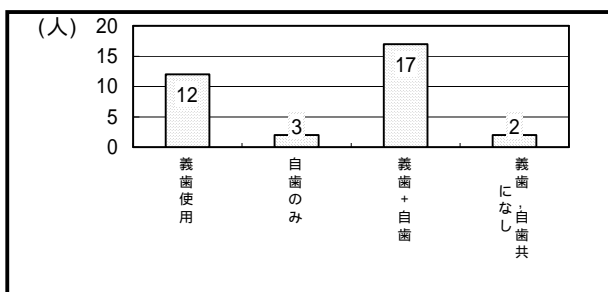


図1 2階入所者の口腔内調査

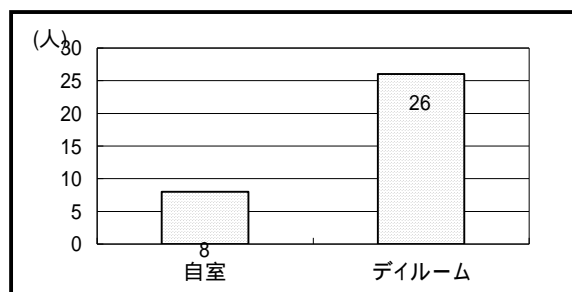


図4 口腔ケアを行う場所

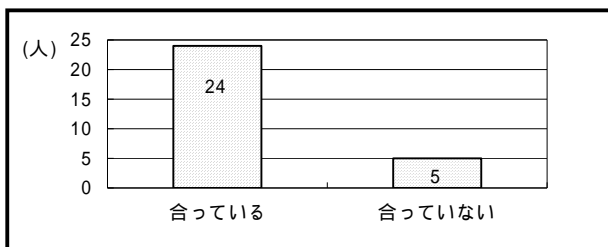


図2 義歯使用の感想

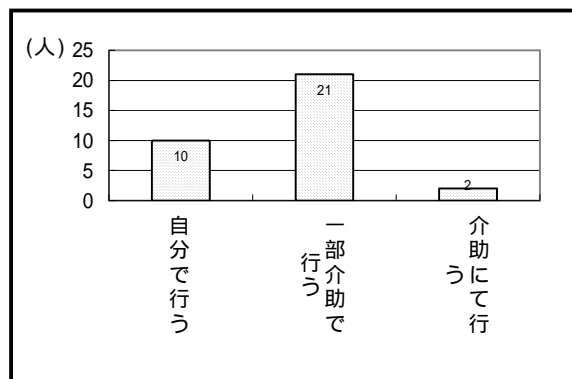


図5 口腔ケアの状況

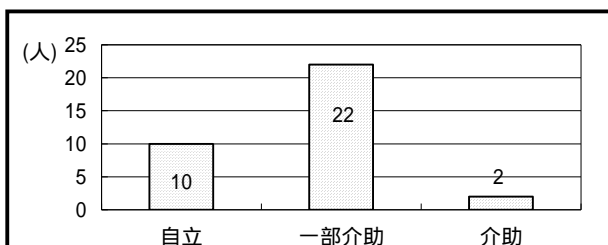


図3 口腔ケアの支援状況