

「口腔ケアについて」

Q 口腔ケアってなんですか？

以前は「お口の中を清掃する」といった意味合いで言われてきましたが、最近ではただ単にお口の中をきれいにするといった意味合いではなく、病気の予防、健康の維持・増進をめざし、更にお口のリハビリテーションも含めたものとなってきています。

Q 「虫歯の治療」「歯周病の治療」を行う定期的な診察の継続は、病気の予防、健康の維持・増進のことに思いますが、お口のリハビリテーションってなんですか？

や骨髄移植の治療前から口腔ケアを行うことによって、治療に伴って発症する口腔粘膜炎（口内炎）の発症予防や抑制に貢献しています。市民病院・歯科口腔外科/口腔ケアセンターでは、本院薬剤部で調合するオリジナルの含嗽薬を用いることによって、かなりの確率で口腔粘膜炎の発症抑制が可能となっております。また、主科（内科・外科等）の退院後は、口腔ケアを継続していただくため特別な場合を除き、かかりつけ歯科医院や近医歯科医院に、病院内での口腔ケアの診療情報を提供し、ご紹介しております。

Q 何時まで口腔ケアをしなくてはいけませんか？

特に期限はありません。厚生労働省は2014年10月に日本人の健康寿命（健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間）は男性71・19歳、女性74・21歳と公表しました。老人の入所施設においての「楽しみ」に対するアンケート結果では、1位は「食

しっかり「咬む」ことによって、口の周りの筋肉が強くなりますし、顔の周囲にある唾液腺の刺激にもなり唾液の出がよくなります。更に、意図的に頬つべたを膨らませたり・マッサージしたり、舌を突出させたりすれば効果が上がります。そのようなことがお口のリハビリテーションとなります。

Q お口のリハビリテーションがなぜ必要なのですか？

人は誰しも年齢と共にさまざまな機能が衰えてきます。お口の機能も同様に衰えがあり、「滑舌が悪くなった」、「食事の際に頬つべたや舌を咬む」、

「食べる」との報告もあります。また、先日発表された「世界最高齢の男性」として、ギネス世界記録に認定された名古屋市の小出保太郎（112歳）翁の現在の楽しみは、「食べること」だそうです。ですから、食べることの楽しみを継続するため口腔ケアは大切ですので、お口から食事をするのなら最期までと言えます。

Q では、口から食事をしていなければ（例えば、点滴治療・胃瘻・腸瘻等）口腔ケアは必要なのですか？

口から食事をしていないのだから、「食べかす」が付着するよくな汚れはありません。しかし、もともと口の中は細菌の宝庫と言われており、細菌数は糞便と同程度あります。口腔ケアを行うことによって細菌数を減少させ、唾液による口腔保湿効果が得られ、嚥下機能低下の予防効果より不顕性誤嚥性肺炎（嚥下機能等の低下によって、むせることなく、知らず知らずのうちに、誤嚥してしまう）も予防で

「食事の際にむせる」といったこともその兆候で、お口のリハビリテーションをすることによって、予防ができるのです。

Q 町の歯科医院で行う口腔ケアと病院の中にある歯科での口腔ケアに違いはありますか？

基本的には同じです。しかし、病院の中にある歯科の場合、多くは他の診療科（外科・内科など）の口腔ケアになります。例えば外科で何らかの手術がなされる場合、術前（術後）の口腔ケアを行い、術後の合併症予防に貢献しています。また、内科においては、抗がん剤投与

きるため、口から食事をしていなくても、必ず口腔ケアを行うことをお勧めいたします。

今月の先生



岐阜市民病院 歯科・歯科口腔外科

兵東 巖 先生

○専門分野

口腔腫瘍（舌、口底、歯肉に発生した腫瘍に対する手術療法及び化学療法）
舌痛症（漢方薬〈保険薬価基準収載方剤〉による内服治療）

○役職

歯科部長
歯科口腔外科部長
口腔ケアセンター長
リハビリテーション科副部長

○主な資格、認定

（社）日本口腔外科学会専門医および指導医
日本がん治療認定医機構暫定教育医（歯科口腔外科）
日本がん治療認定医機構がん治療認定医（歯科口腔外科）

○卒業年、主な職歴

昭和60年愛知学院大学歯学部卒
岐阜大学医学部附属病院歯科口腔外科併任講師
平成14年～岐阜大学口腔病態学非常勤講師