

エラック口腔ケア News

本号では高齢者の口腔ケアで最も身近な義歯ケアを特集します。義歯は咀嚼のためだけでなく、嚥下や発音など口腔機能の維持向上に欠かせないメディカルデバイスで、適切なケアが必要とされます。今回も有料老人ホーム「カルデアの家」で介護福祉士として勤務する歯科衛生士 阿部文美先生にご解説いただきます。ライオン歯科材(株)では義歯ケア関連品として、エラック義歯洗浄剤、エラック義歯ブラシらくらくスタイル、エラック710M義歯ブラシ、エラック510口腔粘膜ケアブラシを発売しています。

義歯は「プラスチック製の食器」？

食べた後、食器を洗うように、義歯も毎食後洗浄しキレイな義歯で食事しましょう。

- ・義歯は衝撃に弱いので、落としても大丈夫なように、水をはった洗面器などの上でブラッシングしましょう。
- ・歯ブラシ兼用とせず、義歯用のブラシでブラッシングします。食器用の中性洗剤を併用してブラッシングするのも良いでしょう。この場合口腔内に中性洗剤は使えませんので、歯ブラシとは分けて義歯ブラシを用意して下さい。
- ・特に口蓋や顎堤に接触する部分の汚れの除去は重要です。しっかりブラッシングしましょう。
- ・部分入れ歯でクラスプ（金属の留め金）等が付いている部分は、特に汚れが溜まりやすいので丁寧にブラッシングしましょう。
- ・手入れが不十分だと、義歯にも歯石が沈着することがあります。
- ・ブラッシングが終了したら義歯洗浄剤に浸し、最後に流水下で軽くブラッシングしましょう。義歯洗浄剤は義歯の表面だけではなく内部（義歯材料の多くは多孔質な素材でできている）の細菌やカビなどの汚れの除去にも有効です。



「食べるための義歯」以外で義歯の使用意義にはどんなことがあるのでしょうか？

- ・義歯を装着して咀嚼することにより、口腔周囲の筋肉が強化されます。嚙むことで脳も活性化されると言われています。
- ・義歯を装着することで口唇の張りを整え、若々しい表情が得られます。
- ・前歯は見た目にも影響し、生活の質や社会性への影響も大きいです。
- ・発語の回復に役立ちます。
- ・「力を入れる」「重いものを持つ」「体のバランスを整える」時、上下の歯がしっかり噛みあうことが重要です。
- ・歯や義歯を装着することで舌は定位置に納まっています。歯がないままにしておくと舌が肥大してきて、口唇から飛び出した状態になることもあります。

★目からウロコ！★

要介護2、総義歯を使用されていて、食べることが大好きな女性の方です。

「人前で歯がない状態は絶対にイヤ！」と日常生活で問題なく義歯使用されていますが、「食事のときだけ外します」ということでした。ご本人の希望から「食べられる義歯」を目指して在宅訪問を開始しました。

何回か訪問後ご自身でも気づかれたことは「義歯だと直接食べ物が歯（歯肉）に当たらないでしょ。歯肉でもいいから食感を直接感じて食べたいの。自分の歯がないのだからこの方法しかないのね」でした。

「義歯がすべてではないのだな……」と共に、「失くして気づく、歯の大切さ」を実感させられました。