●介護現場で実際に働いている歯科衛生士が執筆

エラック口腔ケア News

2009.3
Vol. 19

今回は認知症を発症したご利用者様・患者様の口腔ケアを特集します。解説はケアマネージャーとして在宅口腔介護に豊富な経験を持つ歯科衛生士 齊藤美香先生（旭川市DHケアプラン主宰　www.geocities.jp/dhcareplan）です。

口腔ケアで活き活きライフ！

「口腔ケア」が制度として導入され注目されたのが介護保険の口腔機能向上プログラム。骨格となる介護保険も平成１２年に導入されてから早１０年目、今年の４月には介護予防の３本柱の算定が改定され、新たに新設されるものもあります。介護する側、される側の立場に立った改定になってきているようです。今回は「認知症」に重きを置いた改定も多いようです。「認知症」・・・脳や身体の疾患を原因として、記憶、判断力などの障害がおこり、普通の社会生活が送れなくなった状態の事を言います。様々な症状により日常の生活が困難になってしまうことが問題で、基本的な衛生行為の一部、「歯磨き」も例外ではありません。初めのうちは「歯を磨いたかどうか？」から始まり、そのうち歯磨き自体を忘れ、方法や道具も忘れ、口に含んだ水を吐き出す事も忘れるといったように・・。認知症も早期発見・早期予防です。あきらめたり、絶望したりせずに、ちょっとした工夫をしながらつきあっていきましょう。

認知症の方の口腔ケアの工夫

- 周りに誤飲すると危険なものが無いかチェックする（誤飲する可能性の高い物；液体石鹸系、入れ歯洗浄剤など）。
- 歯磨き粉と類似するものは同じ場所に置かない（洗顔クリームなど）。
- 一日の「することリスト」に歯磨きの時間も入れ習慣付ける。
- 介助者も一緒に歯磨きをすると、真似して出来る場合も多い（特にうがい時、対面して行うと良い）。
- 拒否のある方は背後から介助者が支え、介助してあげると出来る事がある（椅子の後ろから覆う感じ）。
- 家族には口腔ケアをさせなくても、専門職や看護師にはさせるという事もあります。

歯を磨く事も大変ですが、入れ歯の手入れも例外ではありません。口の中に入れ歯が入っている事を忘れる、または入れ歯ではないと思う事もあるので、根気強く接し、前出の様に手入れの真似をして頂いたり、説得をするなどが必要となります。避けたいことは「叱る」事です。身体ケアも口腔ケアも接し方は同じです。温かく見守りましょう。

事例

在宅療養中のＫさんは７２歳の女性で、３年前にアルツハイマー型認知症を発症しました。８０歳のご主人と２人暮らしで、毎日ヘルパーさんが身体介護に来ています。ご主人からの相談内容は「最近は入浴も大変になり、とうとう歯磨きも出来なくなってしまったので、誰かに歯磨きをしてもらいたい」との要請がケアマネさんを通じてあり、介入することになりました。

訪問してみると徘徊があり、じっとしている事があまりできなくなっているようでした。前出の様に口腔ケア時の工夫をしていただくと共に、歯磨きが出来ていた時にいつも座っていた椅子に毎回訪問時誘導し、座るのを待ってから口腔ケア介入しました。その時必ずヘルパーさんにも居て頂くようにしました。

４ヶ月目、いつもと同じ時間に訪問し同じように椅子に誘導すると、「歯磨きでしょ？」Ｋさんがつぶやきました。最近はヘルパーさんにもあまり嫌がらずさせてくれるとは聞いていましたが、嬉しかったですね。買物から帰宅したご主人に報告するととても喜び、お祝いだといってお赤飯を焚き、４人で美味しく戴きました。「オレもまだまだ頑張らんといかん」そういってＫさんの手を握っていました。

口腔ケアは決して難しいものではありません。専門職と上手く連携して毎日楽しく習慣づけましょう。