

エラック口腔ケアNEWS Vol.43



東日本大震災で被災された皆様に、心よりお見舞い申し上げます。
一日も早い復旧と皆様のご健康を心よりお祈り申し上げます。
今号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)に解説をお願いいたしました。
入れ歯ケア特集は今回で一旦終了いたします。多くのご要請ご質問ありがとうございました。

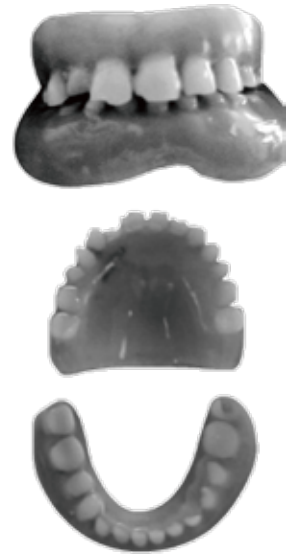
クレンザー ≠ 義歯洗浄剤

災害時の避難所等の生活の中で衛生状態を保つのはかなり大変と思われれます。お口の衛生状況の維持も同様でしょう。人間は食べ物と水分補給により生命維持をしています。衛生状況が悪化し細菌に感染すると「食べる」と言う事がしづらくなり、さらなる病気に罹患したり障害を引き起こしたりします。このような時こそ口腔ケア、入れ歯をお使いの方なら、そのケアが重要となります。

入れ歯を清潔にしようと思うのは判るのですが、誤ったケアをすると「噛めない義歯」を作ってしまうことがあります。台所用洗剤でクレンザーがありますよね？ 流しの水垢やコップのくもりが良くとれる！でも、入れ歯のお手入れには向きません。入れ歯は、食器やプラスチック容器と同じ素材で出来てはいません。クレンザーは表面を一層削り取り一見入れ歯のくすみやヌメリを取ってくれ、キレイに感じますが、入れ歯自体を削ってしまう大きな欠点があります。

右写真はクレンザーでケアをした入れ歯です。少々判り難いですが歯の噛む面は真っ平らになり、徐々に葉物類が噛みきれなくなる傾向にあります。そして、すり減った義歯に慣れてしまうと顎が痛くなったり、食べづらくなったりもします。気づかないうちに、自分で「食べられない口」を作り出してしまうかもしれません。

義歯の表面に付く茶渋等の色素の沈着や、ヌメリは「義歯洗浄剤」や「入れ歯用歯磨き剤」などの専用のもを使ってお手入れしましょう。「餅はモチ屋に」と言うように手入れに戸惑ったら専門職に聞くのが一番ですね！



おいいき教室にて

口腔機能向上サービスがデイサービスで提供されるようになって、「おいいき教室」や「健口サロン」等の名称で口腔機能向上プログラムを展開していますが、義歯のお手入れについての正しい知識が浸透していないのが現状です。

義歯用ブラシや専用容器を初めて見る方も多く、道具の選択や使用法の指導もお教室での必須事項となっています。実物を見て、触れて頂く体験形式をとるのが効果的な様で、継続して取り組んで頂いています。

口腔ケアは難しい事ではありません。ちょっとした工夫で安心・安楽に取り組めます。歯科専門職と連携し、継続的に毎日行い習慣化しましょう。

