

本誌は、医療や介護に従事する皆様が多職種に向けて自らの情報を発信し、互いに理解を深め、顔の見える関係を築くための連携ツールとして発行しております。

テーマ別特集

高齢者の口腔の健康を支える

令和6年度の介護報酬改定により、介護保険施設等では口腔衛生の管理が基本サービスとして義務化され、口腔ケアの取組みは今後ますます重要視されていくことが予想されます。そこで今回は、口腔の健康に関わる3人から口腔ケアの取組み等についてお話を伺いました。



木内 延子氏

秋田市医師会居宅介護支援事業所
管理者
好きな言葉: 十人十色

大瀧 祥子氏

たんばぼ歯科クリニック 院長
好きな言葉: 穏やかに、
いつも通り、落ち着いて

佐藤 詩乃氏

特別養護老人ホーム高清水寿光園
相談員主任
好きな言葉: 継続は力なり

—日頃感じていることや口腔ケアへの取組みについて教えてください。まず、施設ではいかがですか。

佐藤 特養に入所されるほとんどの方は口腔ケアの手助けを必要としていますので、当施設では、経管栄養の方は毎食前、経口摂取の方は毎食後必ず介護職員が口腔ケアを実施しています。入所時に歯ブラシ、歯間ブラシ、入れ歯ブラシを基本的に用意してもらいます。また、介護職員の経験年数などでケアに大きな差が出ないように、写真付きの手順書を作るなど磨きづらいの方のケアでもなるべく統一できるよう工夫をしています。また、週1回協力医療機関である歯科医と複数の歯科衛生士による歯科チームに来てもらい、治療や口腔内チェックを受けられる仕組みを作っています。その他、口腔ケア委員会を設置し個別ケースの検討や日頃のケアの振り返りなどを行っていて、委員会には歯科医にも参加してもらっています。職員の口腔ケアへの意識を高めるまでとても苦労したように思います。

大瀧 職員全体の認識を変えるまで大変苦労されたでしょうね。

佐藤 そうですね。今では、どの職員も毎食後利用者さんに口腔ケアをすることが当たり前という認識になっています。それと以前、歯磨きをしないことが日常になってしまった方が入所されたことがありました。施設に入所する前から介護サービスを利用されていたので、関係者の誰かが気づいてくれれば良かったなと思ったことがありました。

木内 たしかに口腔ケアの大切さはみんな理解していても、十分なケアを継続することは難しいですね。そして高齢者の介護の相談に来られる方は、身体介護の面で大きな問題を抱えている方が多いので、口腔内の状態やケアの状況



確認が遅れてしまう傾向にあります。

大瀧 そうですね。口腔ケアへの関心は個人差がありますので、それが高齢になっても影響してきます。適切な口腔ケアは虫歯や歯周病の予防だけでなく、口腔から菌が入ることを抑えて感染症を予防します。清潔を保つには毎食後の口腔ケアは基本ですが、特に夜のケアが大切だと言われています。なかなか口を開けてくれない、磨きづらい方は口腔内のトラブルを起こしやすいです。定期的に歯科受診することで、初期の段階で良くすることができるのでお勧めしています。

—在宅ではどのように取組まれていますか。

木内 独居や高齢夫婦世帯で介護サービスを利用している方は、ホームヘルパーやデイサービスの職員が口腔ケアをしていて、異変時にケアマネジャーに連絡があります。ご家族が介護をしていて口腔ケアまで手が回らない場合や、寝たままでの口腔ケアの仕方がわからないなどがあれば私からアドバイスすることもあります。行き届かないところは歯科に診てもらおうよう受診を勧め、通院できない方には訪問歯科診療を受けてもらうようにしています。訪問歯科診療をしている医院が分からない時は、秋田市歯科医師会に相談して最寄りの訪問診療できる歯科医院を紹介してもらいます。早ければその日のうちに紹介していただけるので、大変助かっています。

大瀧 ご活用いただきありがとうございます。実際行けるかは都度相談になると思いますが、訪問歯科診療している医院を探す際に利用してもらいたいです。

木内 「歯医者さんが自宅に来てくれるなんて」と利用者さんはとても喜ばれていました。また、別の方の話になりますが、神経難病を



患っている方の嚥下の検査を歯科に依頼したことがありました。十分な量を食べられなくなってきて胃瘻は造設したけれども、ご本人もご家族も食べることを諦めたくないという思いがあり、嚥下の検査で食べられるものを判断してもらい、リハビリもスタートしました。今も食べることができているのは、歯科チームのおかげだと思っています。

大瀧 ご本人が食べることにとても意欲を持っていて、なおかつご家族も熱心ですとこちらも力になれるよう尽くしますが、歯科の判断だけでは無理に進めることもできないので判断が難しいところでもあります。ご本人がどこまでを望んでいるのか意思の確認というところが口腔の分野でも大切になってきています。



——歯科への受診は「敷居が高い」「勇気がいる」といった声をよく聞くのですが・・・

大瀧 よく言われます。歯科は恐ろしいものだと思っていられる方がとても多いようですね。何をされるだろう、どれだけ請求されるだろうという不安でしょうか。そういうところがハードルになっているのだろうと私自身感じています。

佐藤 施設でも歯科の受診前にご家族へ連絡すると、第一声「いくらかかる」と言われることが多いです。古くなった入れ歯が欠けた場合など、年齢も年齢なのでと治療を望まれないケースがよくあります。

大瀧 もともとご本人に歯科受診の習慣がないような場合、80歳を過ぎると「今さらもういい」とためらう方が多いです。突発的なことで処置をして落ち着けば一旦終了というパターンが多いですが、誤嚥性肺炎にかかったことがあるなど歯科の継続した介入が必要と判断した方には、歯科チームによる口腔ケアを勧めています。今、口腔内のトラブルがない方でも関係者が状態を把握していれば、異変が起きた時に気づきやすくなりますよね。

佐藤 利用者さんの状態を把握しておく大切さは日々感じています。当施設では入所後、必ず歯や入れ歯等口腔内の状態を歯科医にチェックしてもらっています。そこで、治療が必要か、歯科衛生士による定期的なチェックが必要か、または日頃のケアだけでいいかに振り分けられます。週1回、歯科チームに来てもらうことで口の中を診てもらう光景に慣れ、口腔ケアが日常に溶け込んでいます。他の利用者さんが処置されている様子を見て「私も診てもらいたい」とおっしゃる方もいますので、いい影響だと思っています。

大瀧 システマティックにされていると、歯科受診へのハードルも下がりますね。そして、歯科と施設職員間でも気軽に相談できる環境が整っていて理想的ですね。

——日頃、情報のやりとりはどのように行っていますか。

大瀧 私が自宅に訪問診療する時は、利用者とスタッフが共有しているカレンダーなどにメモを書いた付箋を貼ってくることもあれば、重要なことは戻ってから電話することもあり

ます。ICTなどの利用も必要だと思います。

木内 ケアマネジャーは利用者の様子を毎日見ているわけではないので、例えば入れ歯をしてもすぐ外したがる、痛そうにしているといった具体的な情報を事業所からもらい、歯科に繋ぐようにしています。ちょっとした変化でも関係者が気づいて伝えてもらえれば次へ次へとその後の必要なケアに繋がります。口腔内の状態だけに限りませんが、私は何か変化があった場合は関わる事業所全てに伝えるようにしています。

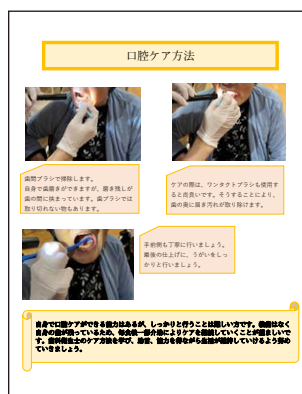
佐藤 情報を共有することが大事ですね。この前、耳の後ろから頬にかけて腫れた方がいて、主治医にも報告するけれど、話し合いによって一応歯科医にも診てもらいました。その結果、「原因は口腔内ではなく別にあるね」となりましたが、些細なことでも歯科チームに相談できるので安心感があります。また、歯科チームと施設職員とのやりとりでは連絡ノートを使っています。1フロアに1冊ノートを用意し、施設職員から聞きたいことを書き、歯科チームからもコメントを書き込めるようになっていました。最初の頃は何度も同じことを書かれ、施設職員が読んでいないかわからないと指摘されたこともあり、定着するまでには時間がかかりました。ちなみに、最初の頃は今もよく書かれるコメントが「そろそろ歯ブラシを交換してください」です。

——最後に感想をお願いします。

木内 多くの問題を抱えていると、口腔内の状態を確認することがどうしても後回しになる傾向にありますが、今日お話を伺って改めて大切さを実感しました。これからは身体介護の問題と並行して口腔に関する問題も解決していけるよう動きたいと思いましたし、関係者にも同じような意識を持ってもらえるよう伝えていきたいと思いました。

佐藤 特養を含め施設入所までの過程で、徐々に徐々に介護が必要になり最終的には全介助となっていると思いますが、一人で立てなくなってきた、むせるようになってきたなどと同様に、口腔ケアはできているかという点も忘れずに気にかけてもらいたいと感じます。介護が必要になってからも変わらず毎食後歯磨きすることが当たり前という認識を関係者で共有していけるといいなと思いました。

大瀧 8020運動の成果で、今80歳で半分くらいの方が8020を達成されています。ご自身で整容ができなくなる頃に歯磨きもできなくなると言われていて、そこから一気に口腔内の状態も悪くなってしまいます。その方のいい状態をその先も維持できるよう支援していきたいと思いますので、介護する方には苦勞をかけますが、今後もし是非定期的に口腔内の状態を確認していただけたらなと思いました。



高清水寿光園で作成・使用している磨き方の手順書

口腔ケアは続けることが一番大事です。介護が必要になってからもこれまでどおりのケアを大切にできる環境を！



秋田市在宅医療・介護連携センター

〈受付時間〉月～金(祝日を除く)午前9時～午後5時
〒010-0976 秋田市八橋南一丁目8番5号(秋田市医師会館2F)
TEL:018-827-3636 FAX:018-827-3614
E-mail renkei-center@acma.or.jp



編集後記

自分自身の口腔ケアを重んじることで、利用者さんへのケアを大切に思うことに通じると感じました。まずはセルフケアを見つめ直すところからはじめていきたいですね。 高橋

