

～訪問介護員等向け口腔ケア研修会【第1回】～ 質疑応答回答

令和4年12月22日（木）実施

◆講師への質問

① 自力で食事をされている方で食事中に何度も義歯を外す方がいる。おそらく義歯と自歯の間に食べ物が挟まっていると思われるが、何か良い対策はあるのか？

【回答】

義歯の適合が良い状態でも、義歯と粘膜の間に食べかすが侵入することがあります。そういった時には、義歯安定剤のクリームタイプがおすすめです。市販品では、新ポリグリップ、タフグリップクリーム、コレクトクリーム等があります。薄く伸びるため、適合の良い義歯に使用する場合は、かみ合わせの変化や骨の変化を起こしにくいです。さらに、洗えば落としやすいので衛生面でも取り扱いやすいと思います。他にもシートタイプやクッションタイプの安定剤もありますが、かみ合わせや骨の変化が起こりやすく、除去しにくく不衛生になりやすいため、おすすめしません。クッションタイプが必要な場合は、適合不良の義歯のことが多いので、歯科医院で調整が必要です。

② 口角炎の時に使う軟膏はアズノールが良いか？ワセリンが良いか？

【回答】

口角炎には様々な原因があります。乾燥によるもの、感染（細菌、カンジダ）によるもの、栄養不足によるものなどです。「感染が関与していれば、細菌に対しては抗生剤軟膏」、「カンジダに対しては抗真菌剤」、「感染の関与がなく炎症が強い場合はステロイド軟膏」となります。これは医師、歯科医師の処方によるものなので指示どおりに使用して頂ければと思います。アズノールやワセリンは主に感染が関与していない時に使用するものであり、乾燥予防、保湿目的の面が大きいと思います。特徴としてはアズノール軟膏には抗炎症作用も含まれます。ワセリンは保湿力が高いですが、薬効はありません。他にも保湿目的では、口腔内用の保湿剤を使用することもあります。アズノール軟膏は医師の処方により使用することになるとは思いますが、他の市販のワセリン、保湿剤は効果をみながらご本人にあったものを選ばれてよいと思います。長引く場合は、医療機関を受診してください。

③ 歯ぐきがやせて義歯が合わない方は、入れるのが難しいので歯ぐきだけで食べてもいいのか？

【回答】

歯茎の骨が薄くなると、義歯の安定がしにくい場合も出てきます。しかしながら、義歯の不使用が続くと、長期的にみると様々な問題を引き起こします。ま

ず、歯の移動が起こり、かみ合わせが変化します。それにより、顎の関節、肩こり、頭痛等起こすこともあります。歯がないことで、顔つきの変化や人前で話せない、発音しにくいなどの弊害が生じます。そして、咀嚼能力の低下により、胃腸への負担、脳への刺激不足により認知症発症率の上昇にもつながります。まず、クリームタイプの義歯安定剤を使用してみてください。適合が良い義歯であれば、ある程度安定してきます。クッションタイプの安定剤は、かみ合わせや骨の変化を起こしやすく、また除去しにくいいため不衛生になりやすいので、お勧めしません。クリームタイプの安定剤でも困難な場合は、歯科医師による調整が必要です。

④横になられている時、義歯が合わなくて口腔内で外れているように見える。ご本人は食事ができるのでそのままにしているが、きちんと歯科受診を勧めたほうがよいのか？

【回答】

横になると下顎の位置が変化するため、義歯本来のかみ合わせの位置とは違う位置で咬むようになります。そうすると、義歯が不安定になり脱落してしまいます。横になって義歯が外れる場合は無理に装着する必要はありませんので、横になった時は外しておいてください。小さい義歯だと誤飲することもあります。ただ、義歯自体の適合が悪くなっている場合も考えられるので、一度歯科受診してみてもよいかもしれません。

⑤総入れ歯で、1本または部分的に数本歯が欠けている方がおられたが、この場合、欠けた歯だけを入れられるのか？もしくは全体を作りかえられるのか？また、歯が欠けた入れ歯で食べ続けてもよいのか？

【回答】

義歯の歯が脱落している場合、破損状態にもよりますが修理可能です。ただ、義歯の状態（適合状態、歯の摩耗状態、過去の修理歴等）や患者様の希望た全身状態を総合的に判断し修理にするか、新しく作るか決めることとなります。歯が欠けた義歯で食事すると咀嚼効率が悪くなったり、義歯の安定に影響したり、口の粘膜が損傷する場合がありますので、歯科を受診され対応されたほうが良いと思います。

⑥口腔ケアの大切さが利用者やご家族に今ひとつ伝えきれない。サービスにつなげるために、大切さを分かっていただけなお声がけを知りたい

【回答】以下の4点を具体的な数値を提示し説明されるとよいかもしれません。

◎近年高齢化に伴い増加傾向である誤嚥性肺炎は日本人の死因の5位が肺炎、6位が誤嚥性肺炎（2021年）となっており、死因の統計でも最近では肺炎から独立しています。70歳以上の肺炎の7割～8割が誤嚥性肺炎という報

告もあります。

◎「口腔ケアによる誤嚥性肺炎予防に効果について」

高齢者は飲み込む力が低下し、誤嚥しがちになります。口腔内が不潔であると誤嚥したときに細菌が肺に入り肺炎を起こします。これを防ぐために口腔ケアが必要です。口腔ケアを行ったグループは行わなかったグループに比べ、発熱 14%、肺炎 8%、死亡率 9%低くなっているという報告もあります。

◎「口の中の細菌に関して」

プラーク 1 m g あたり 300 種類 1 億個で、歯を磨かない人では 10 億個といわれています。比較として糞便中の細菌数は、1 m g あたり 3000 万個～5000 万個です。口腔内は糞便より不潔です。

◎「ウイルス感染対策にも有効」

歯周病菌などの口腔細菌の出すタンパク分解酵素によって、口腔内の粘膜細胞の細胞膜を破壊し、インフルエンザウイルスや風邪ウイルスの侵入を助けてしまうといわれています。ウイルス感染対策に対しても口腔ケアは有効です。

⑦義歯にカビが付いて取れない時の対処の仕方を知りたい

【回答】

現在の義歯の状態（古い・傷あり・これまでの清掃や保管の状態）に左右されますが、黒カビが発生することもあります。また、お茶やコーヒーなどの着色で、人工歯やその根元付近に黒っぽい汚れが付着することもあります。

『歯石』も義歯に付くことがあります。歯石の表面は汚れが付着しやすく黒カビがある場合は、「ブラシ+義歯洗浄剤」だけでは取り切れないと思うので、まずは歯科医師に現状を確認してもらい、歯石の除去と研磨をしてもらうとよいかと思えます。

口の中は、温度 36 度・湿度 100%で、義歯の素材の多くは、樹脂（レジンという材質）で吸水性や吸着性があるため、プラークが付着しやすく細菌の温床になります。