

## 口腔機能向上

ベーシックコース  
(社) 柏歯科医師会  
附属歯科介護支援センター  
佐藤 智美

## アセスメントについて

介護予防教室  
『歯っぴいライフ教室』とは  
介護保険を使わない為に

・お元気な高齢者が  
いつまでも元気でいられる為に体力を維持し、  
自身の持っている能力を生かして欲しい

## いつまでも元気でいるためには

- 栄養を取ること
- 筋力をつけること
- お口の健康を保つ事

## 介護予防の評価に必要な事柄

- 安全に行える
- 高価な機器を必要としない
- 評価内容を参加者に伝えやすく施行しやすいこと
- 十分な根拠のある評価法であること

## スクリーニングの重点

- 半年前に比べて固い物が食べにくくなった
- お茶や汁物でむせる
- 口が渇く

## 介護予防教室の様子



### 機能測定

発音機能(ディアドコ)

うがい

RSST



### RSST(唾液飲みこみ検査)

### 咬合判定

### 訪問診療のアセスメント

- 家族構成をしっかり把握する
- 口腔の主訴
- 口腔内所見
- 全身状態の確認
  - ◆ 要介護になった原因
  - ◆ 既往症
  - ◆ 寝たきり度
  - ◆ 認知度

### 嚥下

1. 食物の認識
2. 口への取り込み 捕食
3. 咀嚼と食塊形成
4. 奥舌への移送、咽頭への送り込み
5. 咽頭通過、食道へ送り込み 嚥下反射
6. 食道通過

## 食べる際の口の動き

- 意識してつばを『ごっくん』して下さい
- 唇を閉じないで噛んでみる
- 舌を動かさずに口腔底につけたまま噛む
- 口角に小指を入れ頬をはずす

## 言葉で試してみよう

- 唇を閉じないで『こんにちは』
- 舌を動かさないで『こんにちは』
- 小指で口角を引きながら『こんにちは』

## 自立支援



## 姿勢

- 身体の位置を目で確認
- 四肢を対称的にする
- リラックスしていただける為にポジショニング作りをする

## 安全な食事のとり方

安全な食事は姿勢が重要



1. あごを引きましょう。
2. ひじの位置とテーブルの高さをあわせる。
3. テーブルまでの距離は「にぎりこぶし1つ分」。
4. 背もたれは、腰の部分を支え、肩甲骨が軽く当たるくらい。
5. 麻痺があればひじあてがあるほうが良い。
6. 足のうらを床につける。

## 摂食指導

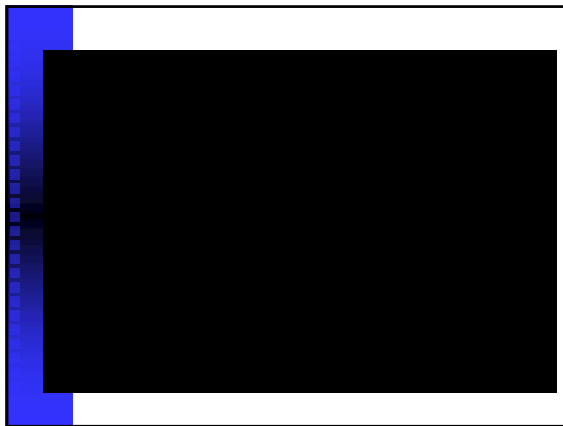
- 食物の認識(認知期)
- 「食べ物」を「食べるもの」と認識
- 目覚めていて、意識が良い状態が必要
- 認知障害があれば口は開かない
- 食べ物を見て開口しない場合認知障害を疑う

## 食べ方も注意しましょう



## 摂食 実習をしてみましょう

- 患者さんの立場になって食事を実体験
- 口をあけたままゼリーを食べさせてもらう
- 舌を動かさずに食べてみます
- 目をつぶって食べさせてもらう
- 目をつぶったまま水を飲ませてもらう



## 口腔ケア

- オブラートを5～6枚舌の上ののせます
- ウエットキーピングを手の甲にとり、口腔内に付け浸潤させます
- モアブラシを水につけてから水切りをし、口腔内を清掃します