



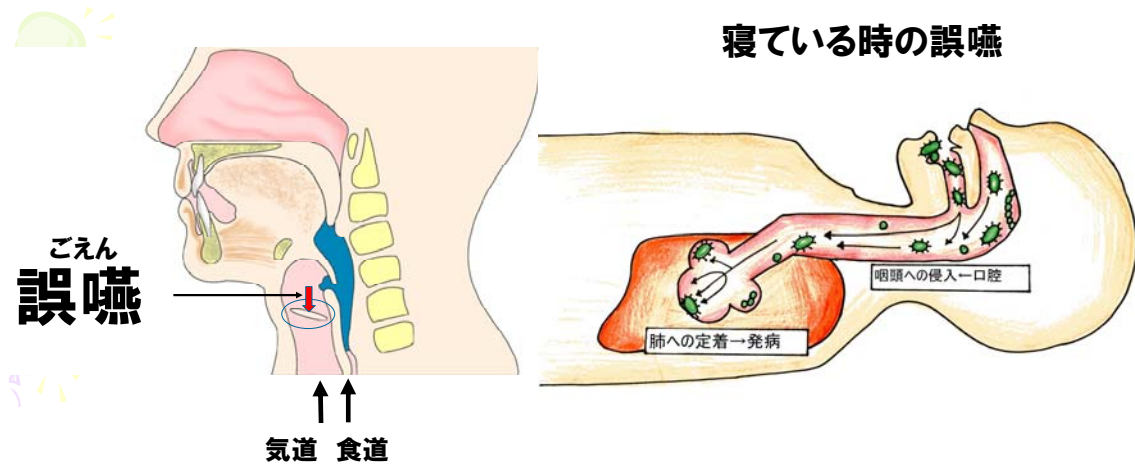
胃ろう手術を受けた方へ（患者さん用）

胃ろうとは、脳血管障害、神経筋疾患（筋萎縮性側索硬化症・脊髄小脳変性症等）や認知症等により、お口からの栄養摂取が困難になった場合に、お腹に造ったいわゆる『第二の口』から栄養補給を行う栄養療法です。

胃ろう手術後は、お口を使わないため歯磨きをしなくても良いのですか？

という質問をよく聞かれます。実は、お口から食べなくなると唾液の量が極端に減少することで、お口の中に炎症を起こしやすいバイ菌の塊が増えてきます。

また、お口を使わないことにより唾液の飲み込みが悪くなり、唾液が気管に入りやすくなります（誤嚥）。唾液にはお口の中のバイ菌が多量に含まれているため『飲み込み肺炎』を発症しやすくなります。



- 食物や唾液が誤って気道に入ることを誤嚥といいます。夜寝ている間は飲み込む反射が昼間より低下することから、汚れた唾液を誤嚥しやすくなります。
- 胃ろう手術を受けた方も唾液は分泌されますので、今まで以上にお口の中をキレイにして飲み込み肺炎を予防することが重要になります。
- 胃ろう手術の前後には、1度歯科処置を済ませましょう。そして、朝晩の歯磨きを今まで行い、定期的な口腔ケアを受けましょう。

※ 身体の栄養状態を維持するために、胃ろうは大切なルートです。本人の食べる機会や生きる意欲を失うことにならないか？と心配される方も多いと思われませんが、『本人がお口から食事をしたい気持ちを大切に、あくまで生活の質を高める程度のリハビリ：飲み込みリハビリ』が出来る場合もあります。

※ 歯磨きを十分行い、飲み込み肺炎を繰り返さないこと、そして栄養状態を回復して肺炎を起こしにくい状態に戻すことが大切です。

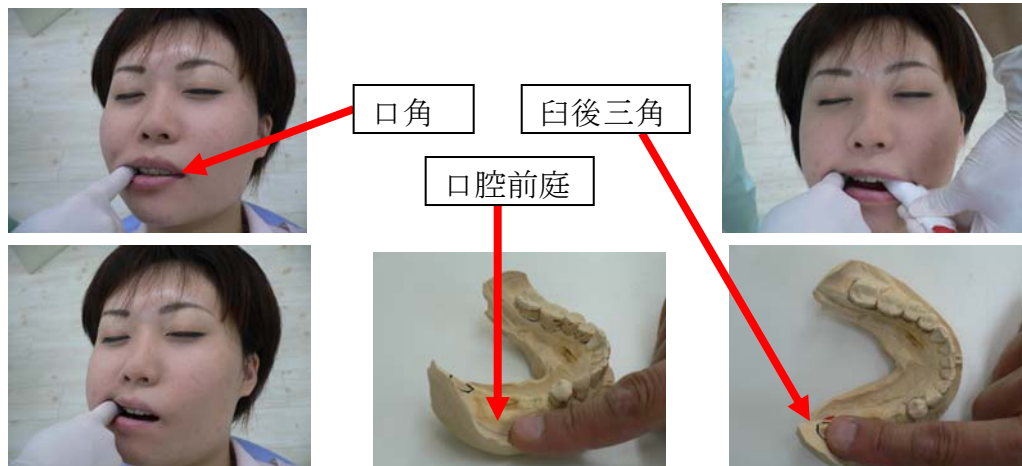


開口障害への対処 —Kポイント刺激法—

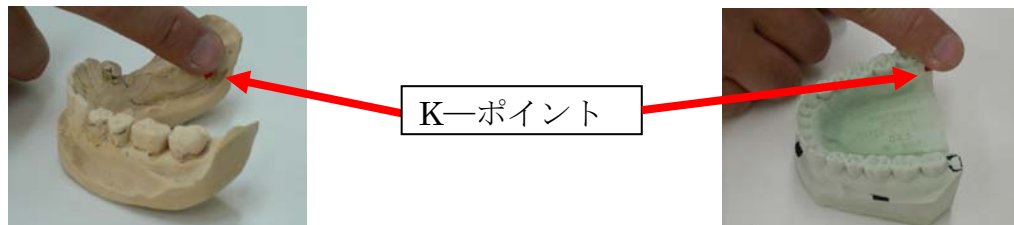
- 1、口唇あるいは口内が乾燥していないかを確認します。唇を軽く水で濡らすか、オーラルバランスを塗布して湿潤させます。



- 2、人差し指を口角から挿入し、下顎の口腔前庭（歯肉と頬粘膜の間）をつたい、下顎の歯の最後方の歯肉（臼後三角）ちょうど上下の歯をかみ合わせたときの頂点まで指先を挿入します。



- 3、臼後三角後縁のやや内側後方に K-ポイントがあります。健常者では特に敏感に感じるポイントです。そこを軽く圧迫刺激すると開口が促されます。



- 4、再度簡単に説明しますと、口角から人差し指を入れて、頬の内側を歯列に沿って奥へ指をすすめ、臼歯の奥から舌側に挿入すると。爪の部分が K-ポイントとなります。そこを指先で軽く刺激すると開口します。

- 5、 開口が促されたらバイトブロック等を差し込み、ケア終了後には再度 K-ポイントを刺激して開口を促してからバイトブロックを外します。



- 6、 K-ポイント刺激法は、より麻痺の強い側を刺激したほうが有効ですが、両側（左右）を試してみてください。臼歯が欠損している側のほうが指を入れやすく、K-ポイントを左手人差し指で刺激しながら口腔ケアをすれば、バイトブロック無しで口腔ケアが可能となります。

《K-ポイントで開口が促されない場合》

- 1、 口腔前庭を下方へ強く押し、開口させます。片方では開口しない場合は両側を下方に押し下げてみます。（下顎押し下げ法）



- 2、 それでも開口しない場合は、下顎の口腔前庭の正中を下方に押しと強制開口が出来ます。このポイントはやや痛みますので、上記手順を試してみて、開口できない場合にのみ実施してください。



このような症状はありませんか？

むせる



咳が出る



痰の量が増える



ノドの違和感・食物の残留感



声の変化



食欲の低下・食事時の疲労



食事内容・好みの変化



食事時間・食べ方の変化



体重の変化(やせ)



食事中に上記の症状のある方、口の渇きが気になる方や、最近、硬い物

が食べにくくなった方は『飲み込み障害』による肺炎に注意しましょう！

歯が少ない方や総入れ歯の方にも、肺炎予防のために口腔ケアは必要です