

# ひまわり通信

発行所 医療法人社団立靖会 ひまわり歯科

〒214-0014 神奈川県川崎市多摩区登戸 2061-1

電話(044)299-6612 F A X(044)299-6613

URL : <http://www.himawaridc.com/>



介護関係者様や患者様ご家族とお話をする中で『拒否がある方の口腔ケアは行えるの?』『口をあけてくれない』『口の中に手を入れたら嘔まってしまうので難しい』などお話を頂くことがあります。今回の通信では認知症をお持ちの高齢者への口腔ケアについて述べてみたいと思います。

## 認知症高齢者への口腔ケアポイント

### ①口の中を触れられることに慣れさせる

長い間触れられていないと食物以外は不快に感じるようになります。最初は嫌がられてしまうかもしれませんが、回数を重ね他の方が触っても不快を感じないよう慣れてもらうためにはまず口腔ケア後の爽快感を体験してもらうことが一番効果的です。



### ☆爽快感を与える為のポイント!

どうしても開口しない場合は歯ブラシの届く所だけでも行なう。たとえば前歯のみだけでも。また、ハチミツを使用し開口を促す方法もあります。ハチミツは殺菌効果や口臭予防効果もありますし、何より今まで口腔ケアを嫌がって口をあけてくれなかった方がおやつ感覚でハチミツを食べるので、それを続けると、「あれ?結構気持ちいいぞ!」となる方が多いようです。できないで諦めることなく、できるところを続けて行なうことが大切。その際道具も選びようです。たとえばクルリーナブラシやスポンジブラシ、乳児用の小さい歯ブラシを使用するのも一つの手でしょう。



くるリーナブラシ

### ②口腔ケアを日課にする

食事の後など決まった時間に歯磨きや口腔清掃などを行い、生活の一部とすることが大事です。

### ☆日課にする為のポイント!

口腔ケアに集中できるように、気が散るようなものを廻りから片付けたり、ゆったりとした気分で行う口腔ケアを行えるよう、静かな環境を作りまします。口腔ケアが始まったら注意がそれないように声をかけ続けてください。そして、毎日の日課ですから、必ず口腔ケアの時間を決めてその時間になったら始めてください。途中で止まらないように歯ブラシやコップなどは手渡ししながら続けられるよう誘導してあげてください。

### ③高齢者のペースに合わせる

決して、介護者やご家族のペースにあわせるのではなく、高齢者個人のペースに合わせて口腔ケアを行ってください。出来る限り自分で行ってもらう事、ご自分でできない方にはお声をかけながら行っていくと安心感があってなれてもらえます。

### ☆ペースにあわせる為のポイント!

口腔ケア時は口腔内をきれいにすることだけでなく、リラクゼーションも心掛けることが重要です。よく口唇と頬に力を入れてしまえば口をあけてくれない場合などあります。頬の部分をおさったり、唾液腺マッサージ(※通信26号参照)をしてあげて緊張を緩和してあげると緊張がとけて拘縮も緩んできます。



### 最後に

認知症の方は痛みを伝えたくてもうまく説明できないことがあります。そこに重ねて『拒否があるので無理には行わない』『歯磨きの習慣がないから大丈夫』といった思い込みを周りの介護者が持つことにより口腔内の衛生状態、ひいては全身の健康を悪化させる可能性が増えていきます。一度拒否があっても繰り返しアプローチしていくことや根気良く継続していく事が大事です!

\*通信26号は当院ホームページよりダウンロードできます。

### 口腔ケア商品の紹介

当院では口腔ケア時に拒否があり口をあけてくれない方や何でも噛んでしまう方には開口器やホース(写真参照)を使用しております。ご興味のある方はお気軽にお問合せください。



ホース (開口器)



ホース代用例