

一般社団法人 福岡県社会保険医療協会

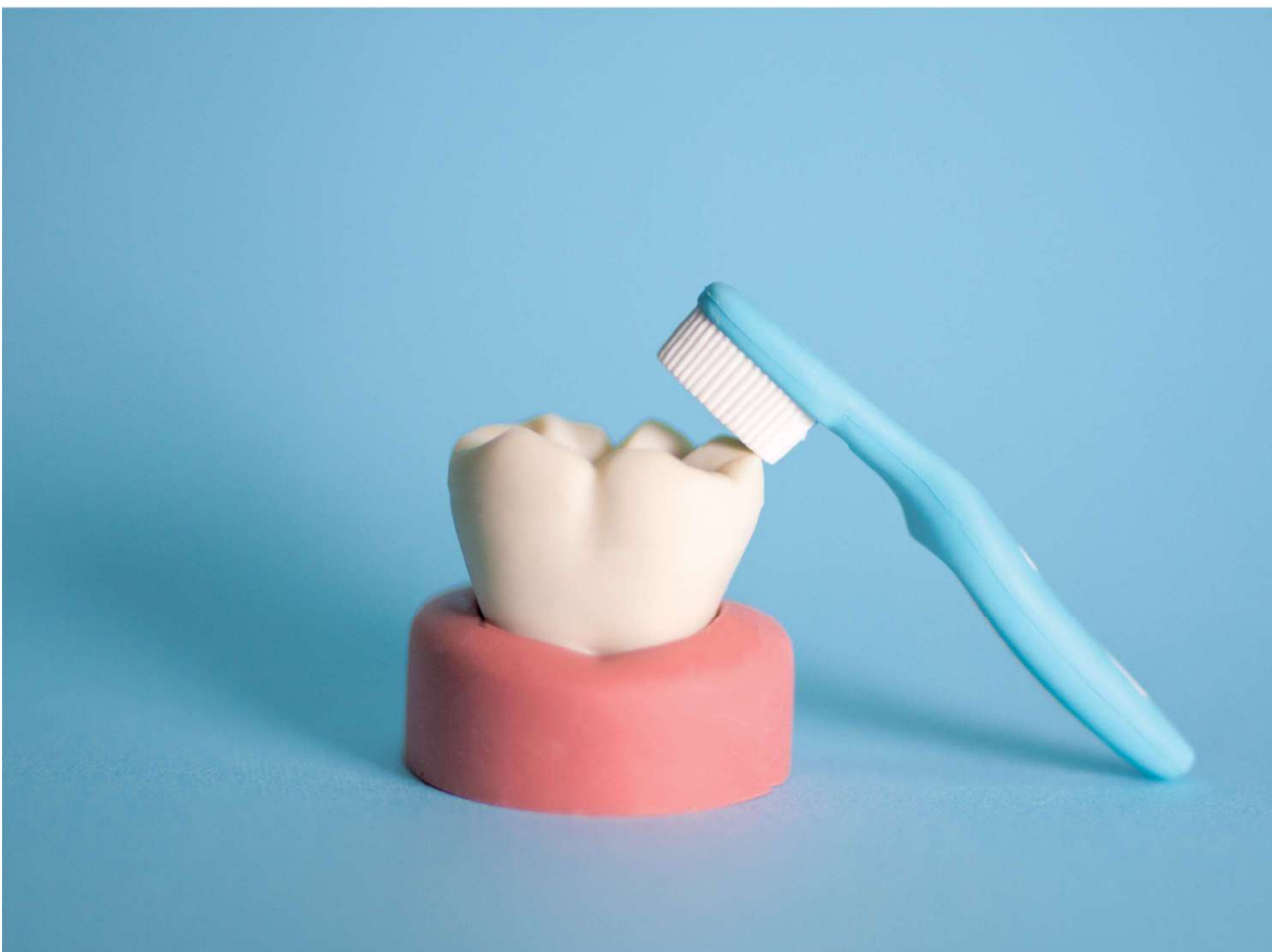
社会保険田川病院 広報誌

地域医療支援病院
地域がん診療連携拠点病院
開放型病院
基幹型臨床研修病院(医師)
管理型臨床研修施設(歯科医師)
日本医療機能評価機構認定病院

あ
あ
ぞ
ら

特集 『歯科衛生士のお仕事と

オーラルフレイルについて』



特集

歯科衛生士のお仕事と オーラルフレイルについて

みなさんは「歯科衛生士」と聞いて、どういったイメージをお持ちでしょうか？「歯科治療を受けるときに歯科医師のサポートをしている」以外にも実は様々なことをしているんです。今回は、そんな「歯科衛生士」の当院でのお仕事をご紹介します。

また、「オーラルフレイル」についてもご紹介いたします。



歯科衛生士のお仕事

歯科予防処置

人が歯を失う原因の90%が「むし歯」と「歯周病」です。この二つを歯科の二大疾患といい、多くの人が罹患しています。つまり、むし歯と歯周病を予防することができれば、自分の歯を一生保つことができるのです。歯・口腔の疾患を予防する処置として、「フッ化物塗布」等の薬物塗布、歯垢（プラーク）や歯石など、口腔内の汚れを除去する「口腔ケア」など、予防的な医療技術があります。歯科衛生士は歯科予防処置の専門家として、フッ化物塗布や口腔ケアを行います。

歯科治療の補助

歯科診療は、歯科医師を中心とした「チーム医療」として行われています。その中で、歯科衛生士は歯科医師の診療を補助するとともに、歯科医師の指示を受けて歯科治療の一部を担当するなど、歯科医師との協働で患者さんの診療にあたります。

当院では

「チーム医療」として、栄養サポートチームの一員として歯科衛生士が医師や管理栄養士、看護師などと一緒に病棟を回り、入院患者さんの栄養状態も管理しています。

当院では

入院中の患者さんで看護師では口腔ケアが難しい、汚れが激しい方や口腔トラブルが起こりやすいがん治療中の患者さんなどの口腔ケアも行っています。

歯科保健指導

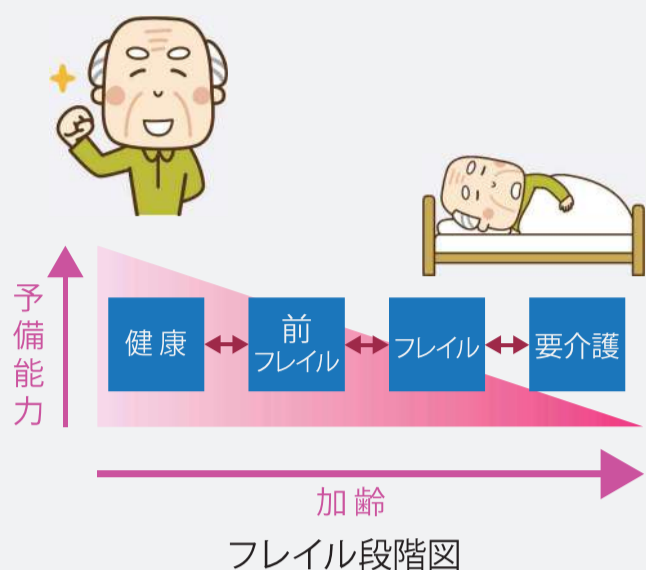


むし歯や歯周病は生活習慣病です。そのため、治療よりも予防、さらに、本人自らが生活習慣を改善することが大切であり、正しい生活習慣やセルフケアを実行するための専門的な支援（指導）が不可欠です。そのため、歯科保健指導は、幼児から高齢者までの健康な人、病気や障害のある人など、すべての人に必要な支援です。その中で、歯磨き指導を中心とした歯口清掃法の指導は、セルフケアのスキルアップを専門的に支援する大切な仕事です。また、寝たきりの方や要介護の方に対する訪問口腔ケアも重視されています。さらに、最近では、食べ物の食べ方や噛み方を通じた食育支援、高齢者や要介護の方の咀嚼や飲み込み力を強くする摂食・嚥下機能訓練も新たな歯科保健指導の分野として注目されています。

オーラルフレイル

高齢になって心身の活力（筋力、認知機能、社会とのつながりなど）が低下した状態を「フレイル」と言います。多くの人が健康な状態からこのフレイルの段階を経て、要介護状態に陥ると考えられています。フレイルの兆候を早期に発見して日常生活を見直すなどの正しい対処をすれば、フレイルの進行を抑制したり、健康な状態に戻したりすることができます。

オーラルフレイルはフレイルの前段階と言われています。歯や口の働きは老化現象と深く関係するところが明らかになってきました。要介護にならないためには、元気な歯や口を維持することが大切です。人は足から老いるのではなく、老化は口から始まるのです！



質問項目	はい	いいえ
半年前と比べて固いものが食べにくくなった	2点	0点
お茶や汁物でむせることがある	2点	0点
義歯を使用している	2点	0点
口の渇きが気になる	1点	0点
半年前と比べて外出の頻度が少なくなった	1点	0点
さきいか・たくあんくらいの硬さの食べ物が噛める	0点	1点
1日に2回以上は歯を磨く	0点	1点
1年に1回以上は歯科医院を受診している	0点	1点

まずはチェック!

オーラルフレイル危険性チェック



合計 点

0～2点・・・オーラルフレイルの危険性は低い
 3点・・・オーラルフレイルの危険性あり
 4点以上・・・オーラルフレイルの危険性が高い

ベロ出しごっくん体操

舌の奥、喉の奥を強化します

- ① 舌を少し前に出し、前歯で軽く押さえる（強く噛まないよう注意）
 - ② 舌を軽く押さえたまま、唾液をごっくんと飲み込む
- * 食べ物を食べながらの実施はやめましょう
 * 上手にできるようになったら、舌をさらに前に出してみましょう



頑張りすぎないこと、毎日継続することが大切!

これらの体操は、食事前の準備体操として食前に行いましょう。カラオケや音読など、声を出すことも立派なトレーニングになります。一口量を少なくしたり、食べることに集中することも美味しく安全に食事をするために大切なことです。

嚥下おでこ体操

のど仏を引き上げる筋肉を鍛え、食道の入口を開きやすくします

- ① テーブルに肘をつく
 - ② 手の付け根部分に額をあてる
 - ③ おへそを覗き込むように強く下を向く
 - ④ 手は頭に負けないようにおでこを押す
 - ⑤ ゆっくり5つ数える
- * 食前や空き時間に5～10回行いましょう

飲み込む力を鍛える体操

1

夜間休日時間外の事務窓口について

院内保安向上を目的に昨年12月16日から、夜間休日時間外の出入口がひとつになりました。それに伴い、当該時間帯の受付、お支払い、お見舞い案内などの事務受付窓口の場所が変更となっています。ご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

場所 | 1階「休日時間外出入口」入ってすぐ

※夜間休日時間外とは、以下の時間帯を指します。

平日 | 17時～翌8時20分 土 | 12時30分～終日 日祝 | 終日

2

玄関前駐車場の利用について

玄関前駐車場は身障者優先駐車場です。お見舞いの方や患者さんの家族、介護者など運転する方が健常者の場合は駐車せず、必要に応じ、玄関前ロータリーでの送迎をお願いします。また、病院であることから、身障者専用とはしていません。運転される方自身が具合が悪い場合などは利用を制限するものではありません。

思いやりを持ったご利用をお願いします

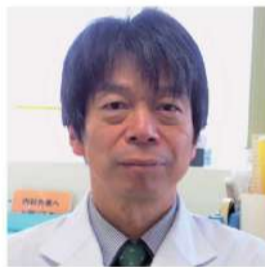


3

大学教授診察を受けることができます

当院で久留米大学教授による診察を受けることができます。下記の症状でお悩みの方は、是非一度ご相談ください。

喘息などで
お困りの方



呼吸器内科
川山 智隆

久留米大学呼吸器病センター教授

専門 | 喘息、慢性閉塞性肺疾患、呼吸器感染症

声がれなどで
お困りの方



耳鼻咽喉科
梅野 博仁

久留米大学耳鼻咽喉科・頭頸部外科学教授

専門 | 耳鼻咽喉科一般、気管食道、喉頭、音声、頭頸部腫瘍

傷跡などで
お困りの方



形成外科
清川 兼輔

久留米大学形成外科・顎顔面外科教授

専門 | 頭頸部再建外科、頭蓋顎顔面外科、先天異常、皮弁、組織移植、創傷治癒、再生医療

※診察日は不定期的のため来院前に各科へお問合せください

医療理念
満足、安心、信頼を持たれる病院をめざし、地域社会、地域住民に良質な医療を提供する。
1. 患者中心の医療
1. 医療の質の向上
1. 地域社会にあった手づくりの医療
1. 安心と信頼を持たれる病院づくり
1. 経営の安定と職員満足度の向上

社会保険田川病院 広報誌

あおぞら

vol.69 2020年2月発行

●編集発行 社会保険田川病院 広報委員会 経営企画課
〒826-8585 福岡県田川市上本町10-18 TEL 0947-44-0460 FAX 0947-45-6540
(地域医療支援センター) TEL 0947-44-0474 FAX 0947-44-0559
URL <http://www.s-tagawa-hp.tagawa.fukuoka.jp/> Email syomuka@s-tagawa-hp.tagawa.fukuoka.jp