

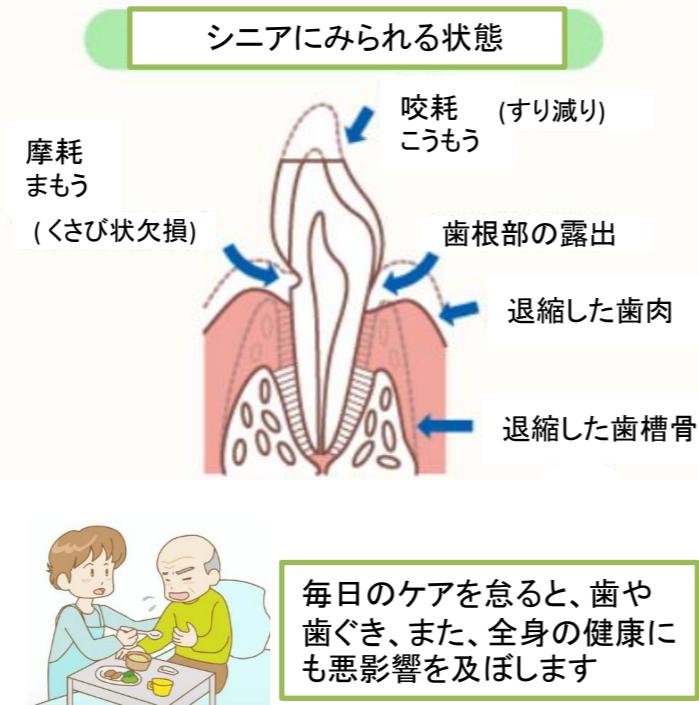
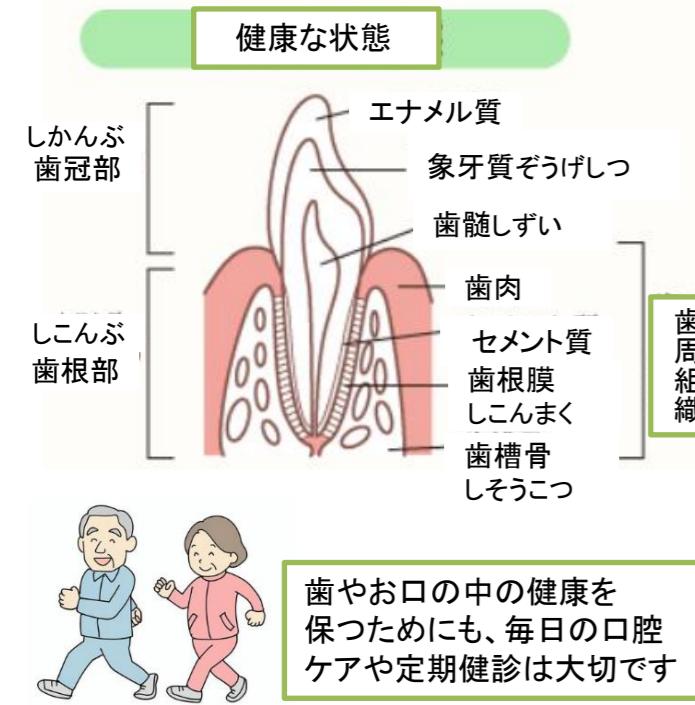
シニア世代 目指すは健康！スタートはお口の中から！

歯は生涯を通じてのパートナー



歳を重ねいつまでもイキイキと健康で暮らしていくためには、心身の衰えを予防することが大切です。お口のケアを早くから実践しておきましょう。お口の中の健康が維持できると自分の歯でしっかり噛み充実した食生活を送ることができます。一生おいしく、楽しく、安全な食生活や日常を過ごすために、口腔ケアは介護予防や認知予防の第一歩スタートラインなのです。

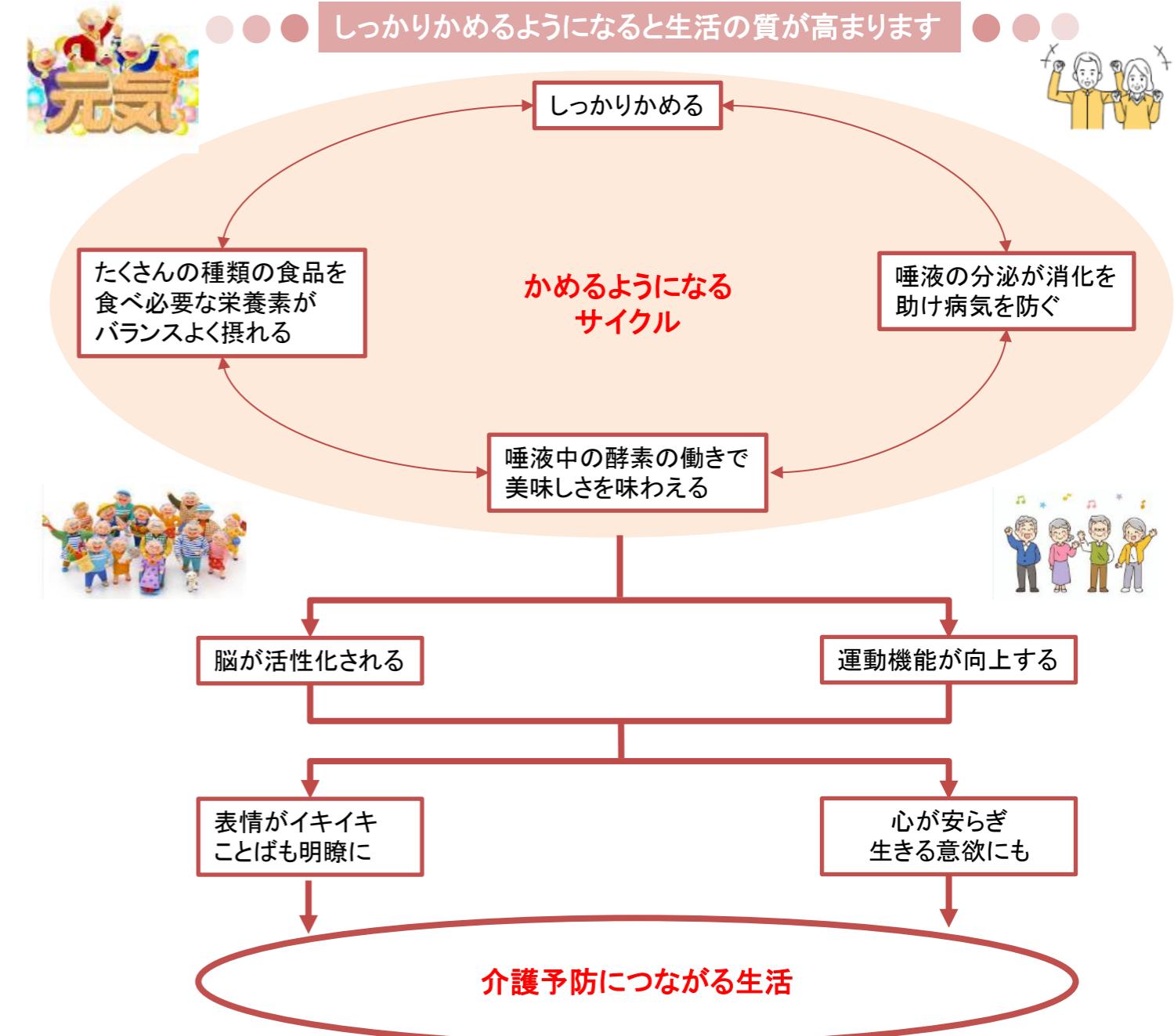
【シニアお口の中の状態や特徴】



歯やお口の中の健康を保つためにも、毎日の口腔ケアや定期健診は大切です

毎日のケアを怠ると、歯や歯ぐき、また、全身の健康にも悪影響を及ぼします

特徴	状態
自浄作用が低下している	お口の中には自浄作用があります。唾液の力で歯の表面や舌、粘膜に付いた汚れや細菌を洗い流し清潔に保つというものです。しかし、身体機能が衰えて唾液の分泌量が減ると口の中の自浄作用が低下してしまいます。
むし歯や歯周病が多い	加齢によって歯茎が下がり歯の根元が露わになると、そこからむし歯になりやすく、また自浄作用が弱まっているため、細菌が増殖しむし歯や歯周病にかかりやすいです。
治療、または悪くなった歯を放置したまま・入れ歯が多い	シニアのお口の中は、むし歯や歯周病にかかった経験の方が多く、古くなった詰め物や被せもの。また、歯周病で歯が抜けたり、むし歯を放置して根っこだけ残っているなど。清掃がしっかりできていないと、お口の中の細菌が増殖します。入れ歯も、お手入れができるないと臭いや細菌の増殖に繋がります。
ドライマウス (お口の中の乾燥)	かむ力の低下や薬剤の影響などによって唾液の分泌量が減るため、お口が乾く、食事がとりにくい、話しづらい(発音しにくい)舌がピリピリするなどの症状が現れやすくなります。
誤嚥性肺炎	食道から胃に送られるはずの食べ物や飲み物、唾液などが主にお口の細菌と一緒に気道内に入ってしまうことでおこる肺炎です。シニアになると、のどの筋肉が衰え物を飲み込む機能(嚥下機能)の低下で発生しやすくなります。70歳以上の肺炎患者の7割以上は誤嚥性肺炎です。



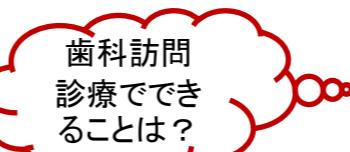
介護予防につながる生活



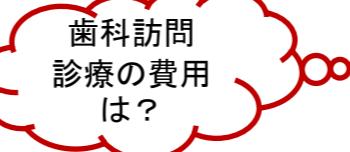
もしも…通院できなくなったら歯科訪問診療利用しませんか



歯科医院に通院が困難な方を対象に、歯科医師や歯科衛生士がご自宅や入居施設等へ訪問し、歯科診療や専門的口腔ケアを行う制度です。寝たきりの方や移動が困難な高齢の方、重い病気や障害で歯科医院に来院が難しい方が利用されています。



お口の中の検査や診断・むし歯や歯周病の治療・抜歯・入れ歯の調整や修理。新しい入れ歯の作製・口腔衛生指導。誤嚥性肺炎予防の口腔機能リハビリテーションなど。歯科訪問診療と言っても、通常と変わらないくらいの診療を行います。レントゲン撮影や歯を削ったり、内視鏡を使って飲み込みの状態を確認することも可能です。



治療費は医療保険の適用になります。しかし歯科訪問診療の場合は「訪問診療費」などの料金が加算されます。また、「要介護認定」を受けている人は、居宅療養管理指導(介護保険適用)が必要です。

詳しくは、かかりつけの歯科医院、ケアマネージャーさんなど専門の方に相談しましょう。