

歯の衛生週間によせて

桐生市歯科医師会

⑤

健康でいて長生きするには「口腔(こうくわ)ケア」が

大切です。その基本は自分

自身で行う毎日の「セルフケア」ですが、歯科医師や歯科衛生士による「口腔清掃」について、「口腔清掃」と「専門的清掃(ブラッシング)

のことで、口腔機能リハビリテーションとは、そしゃく・嚥下訓練、せき払い訓練、発音訓練のことです。これらをうまく組み合わせ

回避などの効果があり、これによって、生活の自立や生きる意欲が高まります。

うと)により気道に入った場合にも誤嚥性肺炎が起ることがあります。

健康寿命はお口のケアから

「セビリテーション(II)プロフェッショナルケア」も重要です。

せることでケアの効果はより高まります。

や細菌が誤って気道に入り込むことで起る肺炎です。特に夜間に起りやすく、「むせ」などの自覚症状がないこともあります。

口腔清掃や口腔機能のどの細菌を減少させれば、そしゃくと嚥下がスムーズになり、食べる量が増え、栄養状態が改善し、免疫能力が向上します。誤嚥による肺炎予防は、介護

意欲の改善②栄養状態の改善③認知症の予防④誤嚥性肺炎のリスク

胃の内容物が嘔吐(お

予防の視点からも注目されています。