

# 健康づくりは口腔ケアから

お口の健康管理は、全身の健康と密接に関係しています。歯の健康状態は、様々な病気に影響します。全身の健康を守るために、お口の健康管理を意識しましょう。

## ○口腔ケアは

①口腔疾患の予防

②感染症の予防

③口腔機能の維持・向上

④栄養改善等に効果があります。

口腔ケアは医師・歯科医師免許を持たない職員も実施できます。  
(厚生労働省通知 医政発第0726005号、2005年7月)  
しかし施設職員だけでは質の高い口腔ケアの提供は難しいケースでは、歯科医師や歯科衛生士の関わりが求められています。



## ○こんなお口の方、おられませんか？

自分の歯が20本未満である。

会話中に相手から聞き返される。

奥歯でしっかり噛めない。

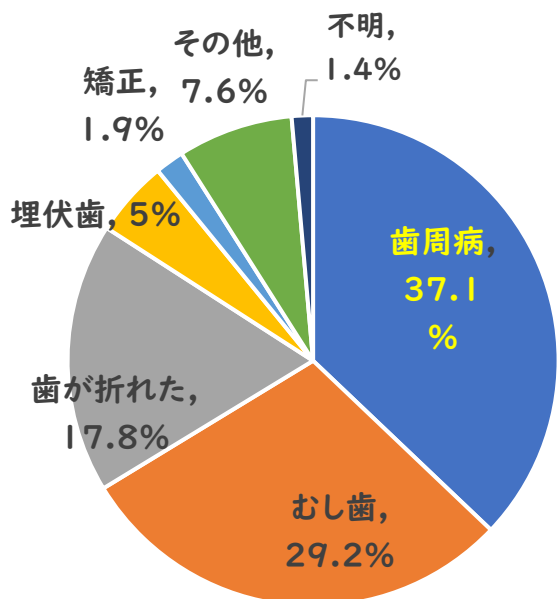
舌の動きが鈍い。

以前と比べてかたいものが噛みにくくなった。

お茶や汁物でおせる。

⇒その方は**オーラルフレイル**かもしれません。

## ○歯を失う原因第一位は歯周病



## ○歯が関係する病気はこんなにも

