

特集
在宅医療
在宅介護

“おいしく食べる” をいつまでも

在宅医療・在宅介護と口腔ケア



辻本 照人先生
辻本 歯科クリニック

在宅で受けられる歯科治療や口腔ケアにはどのようなものがありますか？

現在、歯科医院で行なっている診察や治療、口腔ケアのほとんどを、在宅でも受けていただくことが可能です。東淀川区歯科医師会・在宅歯科ケアステーションに所属する歯科医師と歯科衛生士が、通院が困難な方の自宅や施設に訪問し、虫歯治療や入れ歯製作、口腔ケアを行っています。他職種と連携した在宅医療・介護の強化や、幅広く見守り活動の一環としても地域貢献できればと考えています。

近年、力を入れている取り組みはありますか？

フレイル予防の一環としての、オーラルフレイル(口腔機能の低下)への対策です。平成元年からスタートした8020運動では、「80歳で20本以上の歯を保つ」ために歯垢や歯石の除去など器質的なケアを中心に行なってきました。そして近年、8020運動の達成率の上昇とともに注目されているのが、オーラルフレイル予防です。これまでのケアに加え、例えば飲み込む力を鍛える「嚥下体操」や、ドライマウスを防ぐ「唾液腺マッサージ」などの機能的なケアも並行することで、より快適で健康的な生活の実現をめざしています。

口腔ケアを続けることの大切さを教えてください

「口は命の入口、心の出口」という言葉があるように、口は、健康な食生活を支えると同時に、思いを伝えるための大切な器官。昨今ではコロナ禍での会話減少による滑舌低下やドライマウス等の相談、孫に口臭を指摘されてコミュニケーションが億劫に…という悩みもよく聞きます。歯科治療や口腔ケアは、他の病気治療に比べて軽視される方が多いかもしれませんが、身体はもちろん心の健康を保つためにも重要です。

ご病気などで通院できずにお困りの場合、かかりつけの歯科医院や東淀川区歯科医師会にご相談ください。ご家族からの質問等も受け付けていますので、気軽にご連絡ください。



ご自宅で歯科治療を受けられるようになったきっかけを教えてください

数年前に患った脳梗塞の後遺症で足が不自由になり、車椅子での生活を送っています。そんな中、ケアマネジャーさんに在宅で歯科治療を受けられることを教えてもらい、2年程前からお願いすることに。現在は月1回、自宅で歯の状態を診ていただいたり、口腔ケアについてアドバイスしていただいたりしています。最近では入れ歯も新調しました。足が悪くなってから、なかなか歯科に通うことができなかったので非常にありがたいです。



徳永 圀治さん
ご利用の患者さん

ご自宅で続けられている口腔ケアや効果を教えてください

正しい歯の磨き方や、入れ歯の手入れ方法を教えてもらうことで、日常の中でのケアを意識するようになりました。食後のうがいや歯の手入れが習慣化されたおかげで、いつも口の中がすっきりとして気分もよく、楽しんで食事ができています。自分の歯もまだまだたくさん残っており、肉や硬い食べ物なども問題なく噛み切れます。誤嚥の心配については、「徳永さんはまだ大丈夫」と先生が言うように、何か心配ごとがあっても定期的な診察で不安を払拭できるので、安心して生活ができています。



在宅医療・在宅介護について、感じられていることを教えてください。

在宅の歯科治療のほか、現在ホームヘルパー(訪問介護士)さんに週2回、自宅に来ていただいています。買い物をお願いしたり、掃除をしてもらったり、病院に付き添ってもらったりと、大変助かっています。食事は配食サービス、入浴はデイサービスを利用し、快適に過ごせています。住み慣れた我が家での生活を続けながら、身の回りのさまざまなことをサポートしていただけて満足しています。辻本先生やヘルパーさんなど自宅に来てくださる方々がいつも温かく声をかけてくださるので、コロナ禍でも前向きな気持ちで生活でき、会話も楽しいので毎日の張り合いにもなっています。

住み慣れた場所でいつまでも

「口」に関わるケアを中心に在宅医療・介護をご紹介しました。おいしく物を食べる、楽しく人と話すなど、口はとても大切な器官であるのに、治療や手入れは、つい後回しになってしまっていないでしょうか。



東淀川区長
西山 忠邦

高齢や障がいなどで外出が困難な方にとっては、在宅で口腔ケアを受けることや、自宅でできるセルフケアは、住み慣れた自宅での生活には欠かせないことだと言えるでしょう。

また、歯科医だけではなく様々な医療や介護の専門職が在宅生活を支えていることも知っていただけたと思います。

地域包括支援センターのほか、かかりつけ医やケアマネジャー、病院の地域連携室などでも在宅医療・介護についてご相談いただけます。お気軽にご相談ください。

図 保健企画 2階22番 TEL 4809-9882

東淀川区歯科医師会在宅歯科ケアステーション TEL 6328-9593(月~土 10:00~14:00)

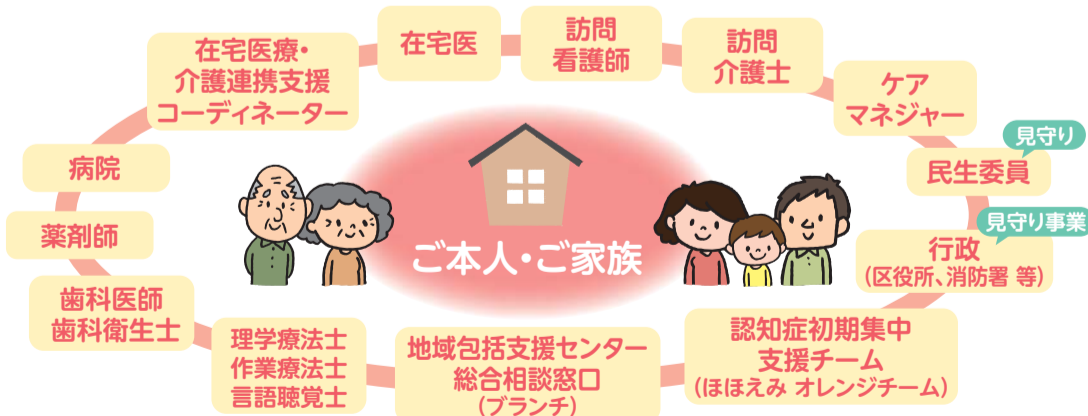
通院できずにお困りの方にご自宅や施設で歯科治療を受けていただくためのお手伝いをいたします。ご質問やご相談だけでもお気軽にご連絡ください。



あなたの在宅医療・在宅介護 私たちがサポートします

東淀川区の在宅医療連携を考える会(こぶしネット)とは

医療や介護のさまざまな専門スタッフがネットワークをつくり、あなたの療養生活を応援し、あなたらしい生活を支えるサポートチームです。東淀川区では、区役所とこぶしネットの多職種連携及び関係団体との協働により、在宅医療・介護連携推進事業に取り組んでいます。



在宅医療・在宅介護についてお問い合わせは

- 東井高野・井高野・大隅西・大隅東・小松 ▶ 北部地域包括支援センター(なかよし) TEL 6349-5001
- 下新庄・新庄・菅原 ▶ 中部地域包括支援センター(びはーら) TEL 6325-6915
- 大桐・豊里・豊新・大道南・豊里南 ▶ 区地域包括支援センター(ほほえみ) TEL 6370-7190
- 東淡路・淡路・西淡路・啓発 ▶ 南西部地域包括支援センター(ひだまり) TEL 6326-4440