



東京六稜倶楽部

高齢期にこそ知っておきたい口腔ケア

平成27年 8月19日

東京医科歯科大学 名誉教授 寺岡 加代 (79期生)

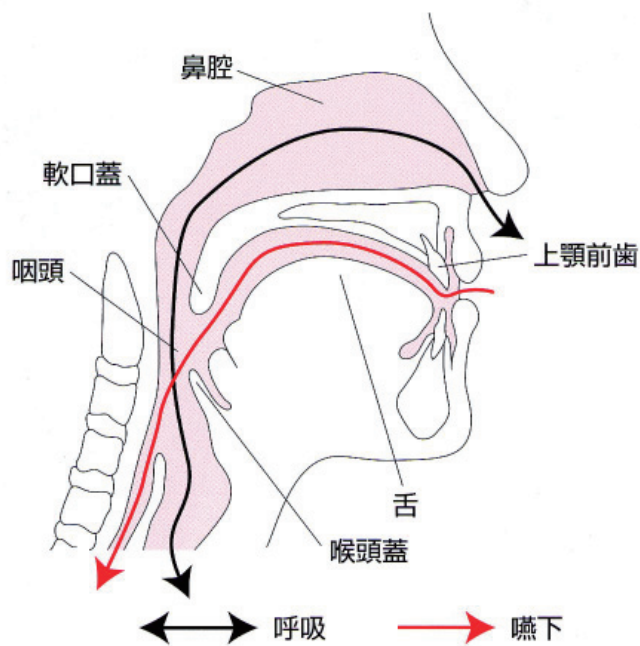
年をとると、



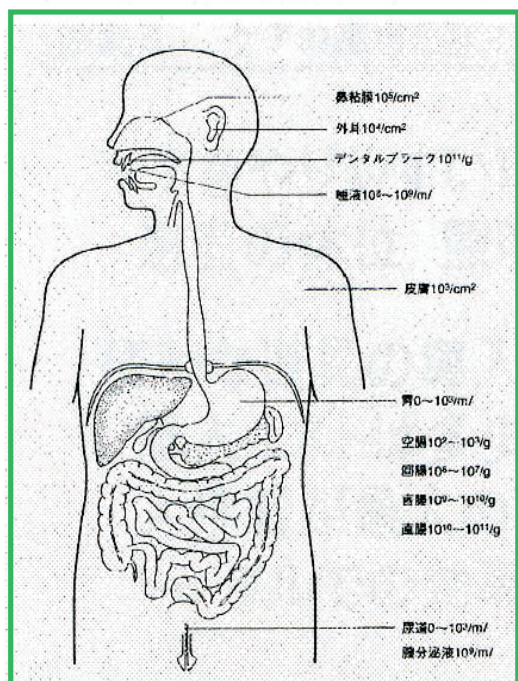
ものを飲み込む機能が低下する

嚥下機能

## 呼吸・嚥下の通路



## 歯垢と直腸の細菌量の比べてみると



デンタルプラーク  $10^{11}/g$   
唾液  $10^7 \sim 10^9/ml$



直腸  $10^{10} \sim 10^{11}/g$

誤嚥性肺炎の対策 ..... 「誤嚥を治す」か「口腔内の汚れを減らす」

誤嚥の原因：老化、脳血管障害の後遺症など

誤嚥は根治できない（→ 肺炎再発を繰り返し、薬剤に耐性となり、死に至る）

発症をくいとめる  
予防が重要

感染のリスクを下げるために、口の中にある細菌をできるだけ少なくする。

つまり、**口の中を清潔にすることが**最良の予防法

嚥下機能が低下



誤嚥性肺炎のリスクを避けるために口から食べることを禁止



口から食べられなくなると、どんな問題がおこるか？

唾液の分泌量が減少する

免疫機能が低下する

脳への刺激が減少する

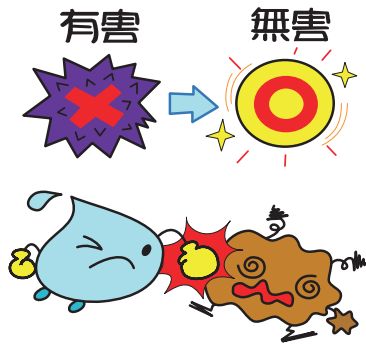
# 1. 唾液の量が減る

## 唾液の働きとは？

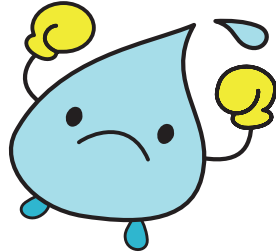
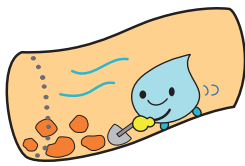
### 唾液の驚異的パワー

**口腔内の自浄作用**  
食物残渣の貯留を防ぐ

**排泄作用**  
有害物質を希釈、無害化する

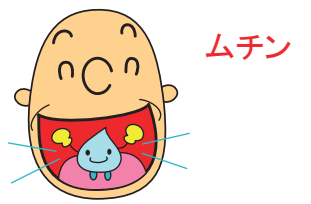


**抗菌作用**  
リゾチームやラクトフェリンなどにより口腔細菌叢をコントロールする

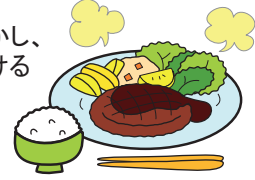


**緩衝作用**  
炭酸・重炭酸系により口腔内を生理的pHに保つ

**口腔内の湿潤作用**  
口腔の乾燥を防ぎ、咀嚼・嚥下を助ける



**味覚の媒体**  
味覚物質を溶かし、味覚感覚を助ける



**消化作用**  
アミラーゼによりでんぷんを消化する

柿木保明ほか:唾液と口腔乾燥症, 18, 2003

唾液の量が減ると、どうなるか？

口腔内が乾燥し、  
細菌が増殖する



誤嚥性肺炎に  
罹りやすい

口から食べられない人ほど、要注意！

## 2. 免疫機能が低下する

免疫機能とは？

侵入した病原細菌やウイルスなどを排除して  
体を守るためのシステム

免疫系細胞の約6割は、小腸に存在

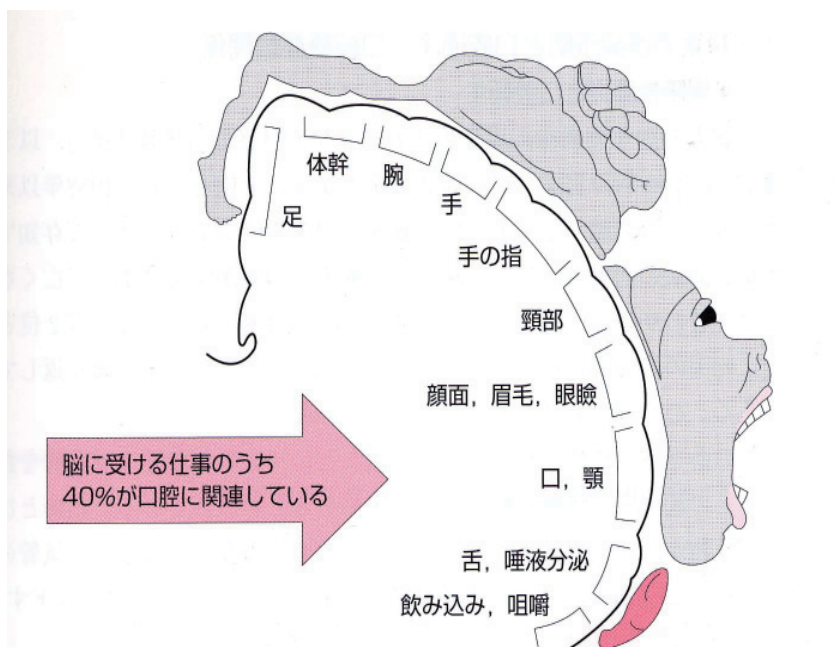
異物や病原菌の侵入にさらされている最も危険地帯

**小腸は最大の免疫器官**

### 3. 脳への刺激が低下する

口からの刺激の脳への刺激はどの程度か？

大脳皮質における運動野の配置  
(ペンフィールド、1950)





口から食べられない生活が続くと

1. 口腔が不潔になり、誤嚥性肺炎を起こしやすい
2. 免疫機能が低下し、感染症やがんに罹りやすくなる
3. 脳への刺激が減少し、認知機能が低下する

## 高齢期におけるリスク要因

要介護

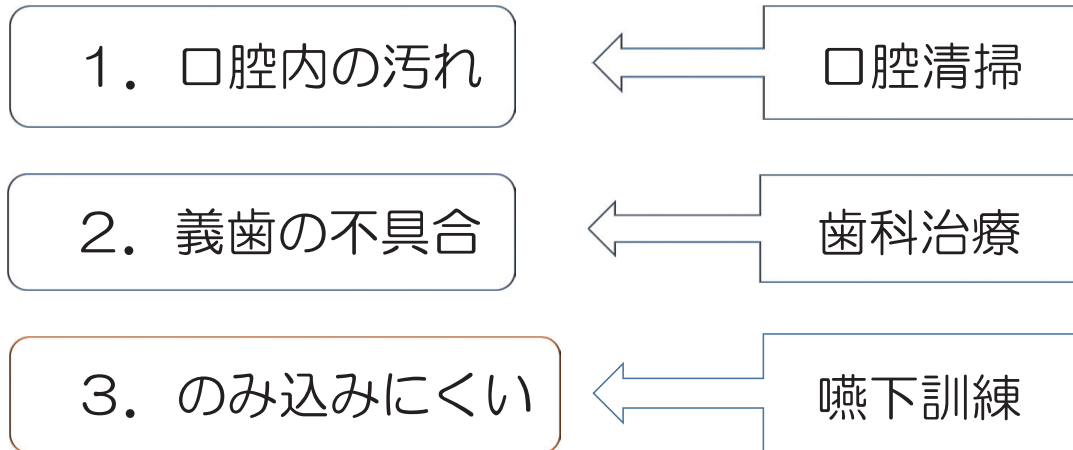


入院





## 要介護者が抱える三大トラブル



### 2. 義歯の不具合

外すべきか？ 調整して使うべきか？

嚥下（飲み込み）を円滑に

上下の奥歯がかみ合う

豆腐やプリンでも義歯は必要

# 口腔関連の問題

## 1. 全身麻酔による肺炎

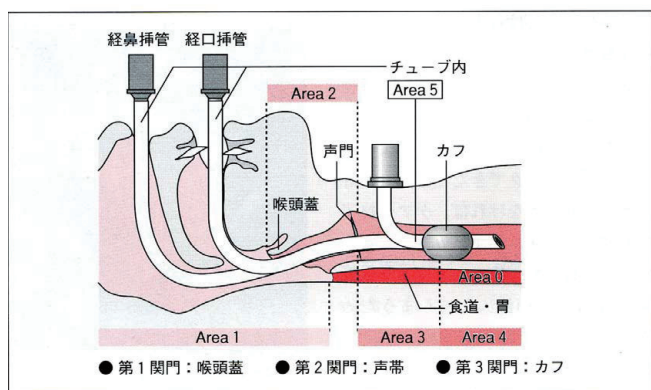
麻酔の開始後、口または鼻から気管へチューブを通して行う人工呼吸に伴う肺炎

## 2. がん治療による口内炎

抗がん剤治療や放射線治療による副作用である口内炎

## 1. 全身麻酔による肺炎

人工呼吸器関連肺炎：気管内挿管による人工呼吸開始48時間以降に発症する肺炎



文献:岸本裕充;よくわかる! 口腔ケア(メジカルフレンド社)

院内感染症の約15%を占め、  
尿路感染に次いで多い。  
死亡率が高く、病院感染死亡の  
約60%を占める。

## 2. がん治療による口内炎

抗がん剤治療  
放射線治療

免疫力が極度に低下

口内炎  
粘膜炎

放射線による粘膜炎

カンジダ性口内炎

抗がん剤による口内炎

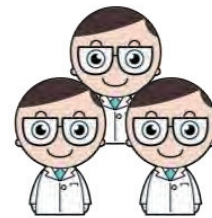


がんセンター

### ① 口腔ケア依頼



手術が決まったら  
ケアを依頼する



地域連携歯科医師

### がん治療へ



病棟看護師は  
歯科医師からの  
アドバイスを生かし  
病棟にてケア継続

### ② 口腔内の 情報提示



必要な口腔ケアおよび  
歯科処置を行う

病棟看護師に対して  
口腔内の情報を提示  
ケアのアドバイス

### 退院



外来看護師は  
必要な口腔ケアや  
口腔内のチェックを  
継続して行う

### ③ 定期的な フォローアップ



必要な口腔内処置・ケアを  
定期的に行ってゆく

がんセンターから  
歯科処置に必要な  
患者の情報を得る



## 歯科と医科の連携



地域

急性期病院

回復期病院

地域

入院前ケア

病棟ケア

病棟ケア

退院後ケア



### 高齢期に知っておきたいポイント

- しっかり噛んで脳への刺激と唾液の分泌を促進する
- 義歯は噛むためだけでなく、円滑にのみ込むために装着する
- よくむせるようになったら、口腔内を念入りに清掃する
- 口から食べ続けるために口腔ケア（清掃＋訓練）を活用する
- 入院前に口腔内の問題（むし歯、動揺歯など）は解決しておく