

ケア マネジャー

Care Manager

2009 Nov.

11

特集

がんばれ! 施設ケアマネ

必置から6年余、たゆまぬ歩みから
施設ケアマネの“役割”が見えてきた

続報!

神戸発 新型インフルエンザ対策の 進捗状況

しごとのエッセンス
アポイントの基本と注意点

団さんと家族を学ぼう
知らない世界の隅々で

誌上ケース検討会
老健施設から認知症専門病棟へ転院となった
ケースへの対応を振り返る

ルポ・地域包括支援センター
地域との地道な信頼づくりが
住民の自立を育む

◆短期集中講座
一から学ぶ口腔ケア②
口腔の加齢変化と
観察ポイント

高齢者のQOL (Quality of Life) にも寄与する重要な手段として注目されている口腔ケア。ケアマネジャーが口腔ケアに関する知識を備えることで、より適切なケアプランを作成することもできます。口腔ケアに関する知っておきたい知識を、基本からやさしく解説します。



口腔の加齢変化と観察ポイント

皆さんは歯が動くこと、そして歯や口も年をとることをご存じですか。今回は、歯を支えている組織、また加齢変化について述べてみたいと思います。



歯は移動する

皆さんもよくご存じのように、歯並びを治すことを歯を矯正するといいます。歯は、小さな力をゆっくり時間をかけて加えていくと押した方向に移動していきます。歯を支えている骨が変化するのです。

また、歯は押す力には強いのですが、引っ張る力には弱いので、その様子を見ながら加える力を調整して、きれいな歯並びに矯正していきます。

歯はこのように動いていきますが、隣の歯が無くなると、そのすきまを埋めようと移動します。多くは、前歯に近いほうへ移動するか、倒れていきます。また、噛みあう相手の歯がなくなると、しだいに歯の無いほうへ伸びていきます。したがって、若い頃は自慢の

きれいな歯と歯並びが、むし歯になったり何らかの原因で歯がなくなると、ガタガタの歯並びになっていきます。

ですから、むし歯の治療を早く受けておかないと歯並びが悪くなってしまいます。下の歯の前歯の歯並びが悪くなると、上の前歯の歯並びも悪くなりますから注意が必要です。ちなみに、親知らず（第三大臼歯）が横向きに生えているとさらに歯並びが悪くなりますので、歯並びに自信がある方も、一度親知らずがどうなっているのか歯科医師に診てもらったほうがいいかと思います。



歯根膜の働き

食事中。ゴリッ！「あ、何かご飯に入ってる。なんだろう？ 石かな？」あるいは「あ、髪の毛が入ってる。気持ち悪いなあ……」

こんな経験はみなさんもおもちでしょう。ところが、硬いおせんべいや氷を食べても、なんとも感じませんよね。

通常、何か食べるときは特に気にすることなく、おせんべいでも氷でもボリボリガリガリと噛みます。それなのに、細く柔らかい髪の毛や、最初噛んだときは氷と同じような硬さの石を、これは髪の毛だ、石だ、出さなくてはと瞬時に判断が下されます。

これには、目と口と脳の働きが密接に関係しているのです。

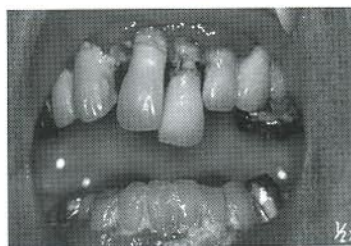
歯には、根っ子の部分の周囲を取り囲んで

いる歯根膜という不思議な膜があります。大事な歯を顎の骨とくっつけている膜ですが、この膜があるおかげで、髪の毛のような細い物、いや、もっと細かい物でも敏感に感じる反面、氷のような硬いものでも、平気で噛むことができます。これは、目で見て頭で理解しているから可能になるのです。さらに不思議なことは、硬い物を噛んだときに、その力が直接、顎の骨に伝わらないようにクッションの役割も果たしています。

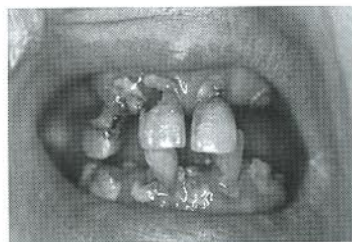
噛んだ力が顎の骨に直接伝わらないように（ダイレクトに伝わると、頭蓋骨に響いて失神してしまうかもしれません）、歯と顎の骨とをくっつけ、細かい物まで感知する、すばらしい機能を持ち合わせた膜で、歯の根は守られているのです。この噛むのに重要な役割を果たす歯根膜は、とても薄く1ミリもありませんが、とても貴重な組織となっています。

しかし、むし歯や歯周疾患などが原因で、その歯根膜に少しでも炎症が起きるともう大変です（経験のある方も多いですよ）。歯が浮いて、歯に触るだけでも痛くて、ひどい場合は口を閉じることもできなくなります。

歯の治療をするときには、歯根膜に炎症を起こすことがないように、注意して行います。この膜は歯を抜くとなくなります。ですから、入れ歯になると、硬さを感じる機能が低下し、美味しく食べることができなくなるのです。



進行した歯周疾患の例



口腔の加齢変化

口腔にも加齢とともに、さまざまな変化が起きてきます。どのような変化がおきてくるか、部位別に挙げてみます。

1. 歯牙

歯牙とは歯のことです。かみ合わせの部分しががすり減るため、歯の長さが短くなります。歯の色が黄色くなり、ヒビが入り、割れたり欠けやすくなります。

2. 顎の骨

歯を支えている骨を歯槽骨しそうこつといい、その他の顎の部分を、顎骨がっこつと呼びます。

歯がなくなっていくと、しだいに歯槽骨は吸収され少なくなります。上の顎骨は外側（唇や頬）から吸収され小さくなり、下の顎骨は内側（舌）から吸収されていき。そのため、受け口のような状態になります。歯のなくなったお年寄りによく見受けられる顔貌になります。

歯周疾患が軽度で、まだ歯槽骨が残っている状態



歯周疾患が進行して、歯槽骨が吸収された状態

3. 歯肉

次第に萎縮して張りがなくなり、組織が薄くなり弾力がなくなります。そのため義歯による刺激を受けやすく、痛みが生じやすくなります。

4. 唾液

しだいに唾液腺が萎縮し、唾液の分泌が悪くなり口腔乾燥を生じます。唾液の分泌が悪くなると、嚥下障害を起こすようになります。また、抗精神薬などの服用により、その副作用として唾液の分泌が抑制されることがあります。

5. 顎の関節

顎の関節がしだいにすり減り、顎が外れやすくなります。

6. 下顎の不随意運動

罹患疾病などにより下顎が意思と関係なく動くようになり、義歯の安定が悪くなる場合があります。

7. 味覚

舌の味を感じる味蕾の表面が角化したり、

味蕾そのものが萎縮したり、亜鉛不足などの栄養状態により味覚が落ちたり、わからなくなったり、甘みを苦みと感じるようになります。

8. その他

- ① 歯科治療した部分の詰め物が脱理したり、壊れたりする。
- ② 義歯が破損したり、不適合になる。
- ③ 義歯の安定剤や接着剤の不適切な使用。
- ④ 食べ物残渣が口腔内に停留して不潔になっている。

以上が主な加齢変化で、その多くは多数の要因が混在して複雑な様相を呈しています。



口腔のアセスメント

このように口腔内にも加齢にともなって、支障が多く出てくるようになります。加齢変化を踏まえ、どのようなところに注意をしてアセスメントをすればよいか、観察ポイントをまとめました。訪問の際には、利用者のこのようなところにも目を配ることが、生活の質の維持・向上に大きく寄与します。右に要点をまとめたイラストを掲載しますので、訪問時に携えるなどご活用ください。

●歯や口腔内について

1. 歯牙の状態とその部位
2. 口臭の有無
3. 疼痛の有無
4. 歯牙の動揺の有無
5. 出血の有無、口臭の有無

1. 口の開け具合

- ・口が十分に開かない、開ける際に痛みはないか

2. 飲み込みの状態

- ・口から食べられない、水などが飲み込めないことはないか

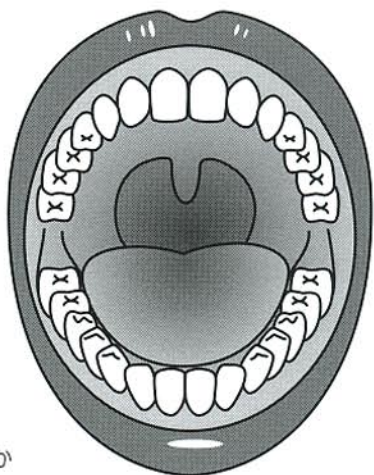
3. 歯の状態

- ・歯がとがっている、むし歯が大きくなっていないか
- ・グラグラしている、しみたり・痛みがある歯がないか
- ・根だけ残っている歯の痛みや周囲の腫れがないか

4. 歯ぐきの状態

- ・赤く腫れている、ブヨブヨしている、血やウミが出ていることはないか
- ・歯ぐき付近の歯に歯垢や歯石がついていないか
- ・強い口臭がないか

口腔の観察ポイント



5. 粘膜・唇・舌の状態

- ・腫れ・潰瘍・出血・乾燥などはないか
- ・舌苔はないか

6. 入れ歯などの状態

- ・こわれたり、とがっている部分はないか
- ・人工歯やクラスプ(部分入れ歯を固定する鉤)がはずれていないか
- ・歯が抜けているのに、クラスプだけが残っていないか

7. 修復物、補綴物の状態

- ・修復物や治療した部分がこわれていないか

8. 入れ歯のトラブル

- ・入れ歯をこわれたまま使っていないか
- ・しゃべる、食事をするなどすると落ちたり、浮いたりしないか
- ・咬むと痛みがあったり、ものが咬めないことがあるか

参考：「お口の中のケアを見直してみましょう」(佐々木妙子著、京都府保健福祉部健康対策課発行)

6. 歯の、とがっている部分の有無

7. 口腔粘膜や舌の病変や異常の有無

(特に、腫れている部分や、白くなっている部分の有無)

8. 義歯の破損の有無

9. 義歯の適合状態

10. 義歯の安定剤や接着剤、洗浄剤の使用状況

11. 義歯の保管状況

●口腔衛生や障害など

1. 口腔内の保清の状態

2. 口腔内の乾燥状態

3. 言語障害

4. 喫食状況

5. 摂食・嚥下障害の有無

今回は、歯の変化、なかでも加齢にともなっておこる支障と観察のポイントを中心にまとめました。これらはケアマネジャーだけでなく、利用者と接する機会がもっとも多いヘルパーなど、チームでアセスメントの視点を共有することでより適切な支援が可能となります。

今回は、皆さんが担当されている利用者さんにも使用者が多くいらっしゃる「義歯」について解説したいと思います。

プロフィール 鈴木俊夫：鈴木歯科医院院長、日本口腔ケア学会理事長、日本老年歯科医学会指導者。著書に「訪問介護事業者のための感染症ハンドブック」(共著・中央法規)など/鈴木聡：愛知学院大学歯学部非常勤助手、日本障害者歯科学会認定医