



障がいのある方の 口腔ケアのポイント

愛媛県

■口腔ケアは健康づくりの基本です

口腔内を清潔に保つことは、むし歯や歯周病の予防はもちろん、**口腔機能を発達させ、栄養改善を促し、身体の健康を維持**します。

■予防がより重要です

障がいのある方は口を開けることを嫌がる・上手に歯みがきができないなど毎日のケアが難しく、また病気や服薬の影響もあり**むし歯や歯周病のリスクが高くなる傾向**があります。

また、自分の体に起きている変化をうまく伝えることが苦手だったり、器具を使った歯科治療に対する不安や恐怖のため落ち着いて治療を受けることが困難な場合があり、**早期発見・早期治療が難しくなる**ため、予防がより重要となります。

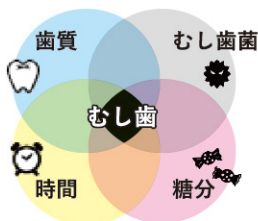
■かかりつけ歯科医を見つけましょう

予防のため、継続的に口腔管理を行ってくれる、かかりつけ歯科医を見つけましょう。

口を開けることや歯科医院の環境に慣れるためにも早期から定期的に歯科医院を受診することが大切です。自覚症状がないうちに歯科受診に慣れておくことで、信頼関係を築きスムーズな受診に繋がります。



むし歯の原因と3つの予防法



▶ むし歯の原因は、**むし歯菌、糖分、歯質**の3つ。この3つの条件が重なり**時間**が経過することでむし歯が発生します。

▶ 予防には**原因ごとの対策を組み合わせ**て行うことが最も効果的です。

歯周病の予防も
ブラークコントロールが肝心!!
プロのケアも受けよう!

歯みがきのポイントや
歯科医院のさがし方は
内面を見てね



むし歯菌 プラークコントロール

歯みがき等によるブラークコントロールでむし歯菌の数を減らしましょう。

糖分 シュガーコントロール

おやつをダラダラ食べないようにし、時間や回数を決めましょう。

歯質 フッ化物の活用

フッ化物を活用しましょう。定期的・継続的に活用すると効果的です。

フッ化物の活用方法



フッ化物
洗口



フッ化物
歯面塗布



フッ化物入り
歯みがき剤

歯みがきを習慣化しましょう

- 歯みがきが嫌にならないように、早いうちから歯ブラシの感覚に慣らすことや習慣付けていくことが大切です。
- 支援者が見守り、出来るだけ本人が行いましょう。足りない所は補い、できたところは褒めて意欲につなげましょう。

セルフケアと介助みがきのポイント

●セルフケア



時間と場所を決めて、集中できる環境を整える



絵カード、模型、鏡などを使って順番を視覚的に示す



歯みがきアプリなども活用してみる

●介助みがき



- 誤嚥を防ぐため、安定した姿勢でする
- 水分が喉の奥にながれないように、吸引器やガーゼ等でこまめに水分を吸わせながら行う

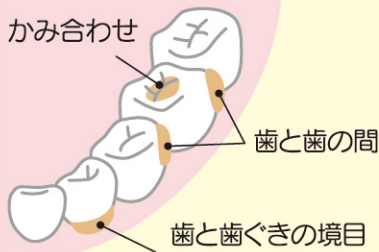


姿勢のポイント

- ・緊張が出にくい姿勢
- ・急な動きに対応できる姿勢
- ・口の中が良く見える姿勢
- ・みがく人もみがかれる人も楽な姿勢
- ・頭が安定して呼吸が苦しくない姿勢

プラークが残りやすい場所

かみ合わせ



歯と歯の間

歯と歯ぐきの境目

(歯周ポケットになりやすい部分)

プラークが残りやすいところは他にもあるんよ!



● 病気やてんかんの薬の影響で歯ぐきの増殖が見られ、プラークがたまりやすい



● 普段お口を開けていることが多いと口の中が乾燥し、プラークが固着しやすい



● 麻痺がある場合は麻痺側に食べ物などが残りやすい

こんな時、どうする…?

Q 口を開けてくれなかったり、ガチガチと噛むので困っています。

A まずは歯の外側からみがきましょう。歯の内側や噛み合わせは、割り箸にガーゼを巻いたものなどの開口補助具を使ってみてください。頬や唇の巻き込みや、グラグラする歯には注意してください。歯みがきに慣れてくると開けてくれやすくなります。

* 開口補助具：噛んでもらうことで口を開けた状態を保てるもの

Q 歯みがきを拒否されます…

A 嫌がる理由を考えて対応しましょう。例えば恐怖心が強い場合は、
・声かけをして緊張を和らげる
・みがく部分を決め10カウントの間だけみがくなど、徐々に慣らしていきましょう。

Q 感覚過敏があるのですが、コツはありますか？

A 頬のマッサージ(頬→口腔周囲→口唇→口腔内の順にゆっくり触る)を行ってから歯をみがきましょう。

Q 唇や口の中が乾いている時はどうすればよいですか？

A 乾燥したまま歯みがきをすると、痛みや傷の原因になるため、保湿剤(ジェル・スプレーなど)で潤いを与えましょう。

かかりつけ歯科医を見つけましょう

- 障がいのある方は、初めての人や場所に適応するのに時間がかかったり、音や振動、初めての器具にも恐怖心が強く、治療までに時間がかかる場合があります。
- また、お口の中のトラブルを訴えられないまま悪化したり、治療となると負担がかかることから、**予防がより重要**となります。
- 予防のためには、**小さい頃から歯科医院を受診し、定期的に専門的な口腔ケアを受ける**ことが効果的です。
- 障がいや基礎疾患によってそれぞれ注意点は違うことから、かかりつけ歯科医を持ち、**成長に合わせて歯と口の健康をサポート**してもらいましょう。



歯科医院って、さがし方とか、どの位の頻度で行けばいいかが分からないんですよ…。

さがし方に困ったら、下記ホームページや裏面をチェックしてみてください。一度受診すると、治療が必要かどうかや、受診間隔についても教えてもらえます！



悩みは1人1人違うきょん！
歯科医院では、より詳しく教えてもらえるけん、気軽に相談してね。

歯科医院のさがし方



歯科医院の情報はインターネットで検索することができます。

愛媛県歯科医師会 医院検索

えひめ医療情報ネット

市町別に歯科医院を検索できます。各歯科医院の「詳しく見る」をクリックすると診療情報を確認できます。

※歯科医師会の会員歯科医院のみ



バリアフリーなどの条件から、近隣の医療機関を検索することができます。「車椅子での来院可能」などの情報がアイコンで表示されます。

希望の歯科医院が見つかったら、まずは電話で予約を取りましょう。

※他にも、日本障害者歯科学会ホームページから、認定医のいる施設を検索できます。

障がいのある方の歯科医療や口腔ケアに関する相談窓口

●愛媛県口腔保健センター

松山市柳井町2-6-2 電話:089-932-5047



■救急歯科診療

ゴールデンウィーク・年末年始のみ、救急患者を対象に応急処置を行っています。

【診療日時】 ゴールデンウィーク(5月3日~5日)
年末年始(12月30日~1月3日)
9:00~12:00

■スペシャルニーズ歯科

地域の医療機関では対応が困難で、身体的、精神的、心理的に種々の障がいや疾患のある歯科的に「特別に支援が必要な人」に対しての口腔の健康維持を目指したケア・治療を行います。通院可能な方が対象です。

【診療日時】 月曜日~土曜日 9:00~17:00
【受診申込】 電話で予約をお取りください。

■訪問歯科診療

地域の医療機関では対応が困難で通院不可能な在宅障がい者・要介護状態の方々にはお宅を訪問して治療を行います。

【診療日時】 随時

●愛媛県立子ども療育センター(歯科)

東温市田窪2135
電話:089-955-5533
FAX:089-955-5546



障がいをもつ患児(者)や全身疾患を有する患児に対して、歯科診療を行っています。

【診療日時】 毎週金曜日
9:00~12:00、13:00~16:00
【受診申込】 月~金 電話で予約をお取りください。



気軽に相談する
といいきゅん!

●愛媛県歯科医師会

松山市柳井町2-6-2
電話:089-933-4371
FAX:089-932-5048



ご自宅・施設・病院で療養されていて歯科医院に通院できない方など、お住まいの地域に関する訪問診療のご相談をお受けします。

●愛媛県歯科衛生士会

松山市柳井町2-6-2
電話:089-913-3000



口腔清掃のご相談対応します。
※木曜日のみ 13:00~16:00

保健所でも歯科に関する
ご相談をお受けしています
お気軽にご相談ください



愛媛県 歯と口腔

検索

四国中央保健所	TEL:0896-23-3360
西条保健所	TEL:0897-56-1300
今治保健所	TEL:0898-23-2500
中予保健所	TEL:089-909-8757
八幡浜保健所	TEL:0894-22-0600
宇和島保健所	TEL:0895-22-5211
愛媛県保健福祉部 健康増進課	TEL:089-912-2401