

掲示板

地域の社会福祉協議会の スタッフの皆様への講演会

昨年秋に、近隣の社会福祉協議会のケアマネージャーの皆様在宅の歯科医療の重要性と課題についてお話しをさせていただきました。

この会へは2年前に依頼を受けて2回目でありましたが、各地域で活躍されている方々であり、今回も熱心に受講頂きました。

最近では、高齢者の口腔ケアや歯科治療の充実と共に、食べる機能であるいわゆる『摂食・嚥下』の機能低下による誤嚥性肺炎の予防も含め、そのための検査やリハビリについての関心も高く、熱心なご質問を頂きました。

今後も、口腔ケアや在宅等での歯科医療講演のご要望がありましたらご遠慮なくご連絡下さい。



地域の社会福祉協議会のスタッフの皆様への講演

訪問診療部

往診曜日：月曜日から土曜日
往診時間：午前9時から午後6時



お口の健康と快適な 生活のために。



目次 Contents

- **口腔リハビリ**
▶ 口の機能を低下させないように、お口のリハビリテーションを始めましょう
- **スタッフ紹介**
- **掲示板**
▶ スタッフの皆様への講演



〈お問い合わせ・ご依頼は
下記までご連絡ください。〉

〒191-0011
東京都日野市日野本町3-14-18
谷井ビル2F (1階がセイジョー薬局の建物)
TEL/FAX：042-583-5237
中央本線日野駅 (1分)

<http://www.hinohonmachi-dc.com/>

医療法人社団芳志会
日野本町歯科医院
HINOHONMACHI DENTAL CLINIC

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00~13:00	○	○	○	○	○	○	○	○
14:30~20:00	○	○	○	○	○	~18:00	~18:00	○

年中無休 (夏期・年末年始は除く)

E-mail：info@hinohonmachi-dc.com

口腔リハビリ

口の機能を低下させないように、お口のリハビリテーションを始めましょう

口腔リハビリで口の機能を維持・回復

口には、「食べる」「話す」「呼吸する」という3大機能があります。手足の機能と同様に、口の機能も使わないとすぐに低下してしまいます。高齢になると、噛む力が衰えたり、飲み込み力が弱くなってむせやすくなったりします。さらに、脳卒中の片まひや痴呆による障害などがきっかけとなり、ますます機能を使わなくなると、だんだん自分の口で食べたり、話したりすることもできなくなってしまいます。

低下した口の機能を回復したり、これ以上の低下を防いだりするためには、お口のリハビリテーション「口腔リハビリ」が効果的です。



咀嚼のリハビリ ●舌とほおのストレッチ

上手に物を噛んで食べるには、歯だけではなく、舌やほおの動きが大切です。舌やほおがうまく動かないと、口の中でいつまでももぐもぐしたり、うまく飲み込めなかったりします。舌とほおのストレッチで、口の動きをしなやかにしましょう。



発語のリハビリ

舌の動きやくちびるの動きをよくするための発音訓練は、食べることに同時に言葉話すことのトレーニングにもなります。

「バ、タ、カ、ラ、あ〜」で口の動きを滑らかに



身近なグッズで口腔リハビリ

<噛む力をつける>



<呼吸をコントロールする>



歯ブラシでリハビリ

●歯ブラシでリハビリ

ブラッシングは、口感覚機能に刺激を与え、血行もよくなります。歯みがきのついでに、歯ブラシを使って口の中のマッサージを行いましょう。



電動歯ブラシのブルブルした振動で、舌、歯肉、ほおをマッサージ。 ほおに当てる時は、歯ブラシの背のほうを当てる。 歯ブラシで舌をトントンたたいて刺激を与える。

口腔リハビリ必要度チェック

- こんな状態が見られたら、口腔リハビリを始めてみましょう。
- 食べ物を口の中でもぐもぐしている時間が長く、なかなか飲み込もうとしない。
 - 食事に時間がかかる。
 - 食べこぼすことが多くなった。
 - 舌やほおの内側、くちびるをよく噛んでしまう。
 - 食べ物が原形をとどめた状態で、歯にべったりとくっついている。
 - 片側ばかりで噛んで、食べ物が片側のほおの内側に残る。
 - 食べ物が舌や上あごにくっつく。
 - 水や汁物にむせやすい。
 - 食事中、声がかすれる。



毎日、楽しみながら口腔リハビリを続けましょう。

スタッフ紹介



コーディネーター・歯科助手
～河田 由美～

私は日野本町歯科医院のスタッフとして、治療が終わった後に『日野本町歯科に来て良かった』と思って頂ける様、常に患者様のお口の中の健康・安心・安全を第一に考えながら仕事をしています。

歯医者＝『痛くなってから行く』と思われがちですが、痛くなってからでは、手遅れで大切な歯を失ってしまうこともあります。

そのため、来院される患者様に歯の大切さ、一生自分の歯で生活して噛める喜びを忘れずに定期的なメンテナンスをご提案しています。

また訪問診療において、通院困難で十分な治療を受けられない患者様には治療だけでなく、全身状態や体調などにも配慮し、コミュニケーションを取りながら接するように心がけています。

患者様にとって最高の治療を安心して気持ち良く受けていただけるよう頑張りますのでよろしくお願い致します。

プロフィール 平成22年より当院勤務
歯科助手から現在はコーディネーターとして従事