

サイズまで合った物を教えて頂き、自分でできる方は本人に、難しい方は仕上げする職員に指導頂きます。ご自分だけでは、口内を清潔に保ちにくい方々に対して、先々将来も考えた関わりは、とても意義が大きいと感じます。

【口腔ケア 日々の実践】

自分みがきの後、仕上げみがきをします。

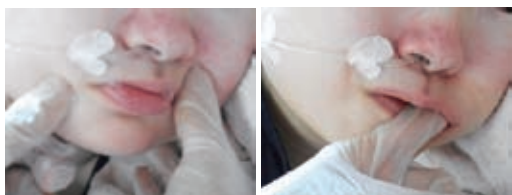
自分で少しでも出来る方は、「歯ブラシを縦にも使って」など声掛けします。自分みがきが数秒で終わってしまう方は「反対側の手でもみがいて」等、続けられるよう声掛けします。歯ブラシを噛んでしまう方は、自分みがき用と仕上げ用を分けて使い、早めに仕上げします。



麻痺等で口周囲の緊張が高い方は、口内マッサージで内頬を柔らかくして仕上げします。嘔吐反射が出やすい方では、口の開き具合に注意します。口の開き方は名前を使い、例えば「氷川きよしさん」なら、「ひかわ」の「わー」で中くらいに開けてもらい「きよし」の「しー」で横開きにします。お仲間の名前を使ったりして楽しくやっています。うがい・飲水の難しい方は、口腔用ウェットティッシュで清拭します。

【摂食嚥下機能維持の取り組み】

嚥下障害の方は、口腔マッサージを行います。



また、麻痺、流涎の多い方、開口のままの方もいるので、全員で『いーうー体操』を行なっています。昼

食前、皆で声を出し『いーうー』や『あっぷっぷ』と毎日行います。今では「いーうー体操やろうよ」と、利用者さんから声が上がります。『いーうー』の間、ペースト食の方はマッサージをします。体調を崩し1ヶ月以上食事が出来なかった方にも、毎日マッサージを続けたところ、嚥下状態も変わらず、経口摂取に戻る事が出来ました。



【10年間の継続した関わりから】

重度障がい者は、「歯が痛い」と言えず、普段と様子が違って、歯が原因と辿り着くのが、難しい場合があります。また、今まで開口困難等の理由で受診しにくかったり、段差なく車イスで受診できる歯科が近くにない等、様々な苦勞がありました。

全体数が少なく、統計的には言えませんが、かかりつけ歯科医を持つ方は増え、歯みがきへの抵抗感は確実に減りました。食後に歯みがきが進んでいないと声を掛け合ったり、「歯ブラシ交換が必要か見て」と、手話混じりの表現で知らせてくれたり、利用者の皆さんが協力して、歯みがきを大切に出来てきました。

ブラッシング指導では、口内状況は改善傾向と評価を受けました。感染症の流行期にも、10年間集団発生なく過ごせ、これも口腔ケアの成果と考えます。

また、ペースト食の方の介助では、言葉で伝えられなくても、表情や食べる速さ等で、美味しいかどうかを伝えてくれ「食べられること」の素晴らしさを感じます。色々な味を楽しめたり、おいしく食べたりすることは、障がいをお持ちの方にも、嬉しくて大きな喜びに繋がると感じます。

利用者さんの5年後、10年後の姿を想像し、どこで過ごされていても、おいしいものを楽しく食べていられるように、お口の中が良い状態でいられるように、今後も、口腔ケアの支援に、力を注いでいきたいと思っています。

(記事作成：東京都多摩府中保健所)