

## 健

口は、食べる、話す、笑う、表情をつくる、呼吸するなど、人にとって欠かすことのできない役割を担っている重要な部分です。その重要な部分をいつまでも健康に保つためには、日頃からの口腔ケアが必要です。

## 術後の感染症など防ぐ

### 口腔ケア

(食物をよくかんで味わうこと)、嚥下(飲み込むこと)、歯ぐきや粘膜のマッサージ、舌や筋肉の運動な

## 日頃から健康保つ努力を

では、口腔ケアとどのようなことを意味するのでしょうか。例えば、歯ブラシや歯間ブラシ、スポンジブラシを用いたお口の掃除入れ歯の手入れ、咀嚼(食物をよくかんで味わうこと)、嚥下(飲み込むこと)、歯ぐきや粘膜のマッサージ、舌や筋肉の運動な

どが該当します。これらは普段の生活の中で、自分自身で行えるケアです。その他に、齧歯(細菌によつて歯が溶かされるこど)予防のためのフッ素塗布や口腔内検診、歯石除去などは専門的な要素を含んでおり、かかりつけ歯科医院での治療が必要なケアとなります。

日頃からこれらのケアを行い、お口の中を健康に保つことで、いつまでも食物をおいしくかむことができ、かむことにより、自浄作用でお口の中がきれいになります。齧歯や歯周病の予防にはかるだけでなく、胃腸での消化を助けたり、歯や顎の成長を促したりします。また満腹感を得るい



山村 佳子

徳島大学病院  
口腔管理センター 特任助教

## 元気のヒント

△78△

予防にもつながり、QOL(生活质量)を向上させることが目的なのです。

2010年4月から、健

康保険に周術期口腔機能管理が新設されました。周術

期とは、入院・麻酔・手術回復といった一連の期間を指します。周術期口腔機能管理は、主にがん治療

において、齧歯(細菌によつて歯が溶かされるこ

ど)予防のためのフッ素塗

布や口腔内検診、歯石除去

などの専門的な要素を含んでおり、かかりつけ歯科医

院での治療が必要なケアと

なります。

日頃からこれらのケアを行って、お口の中を健康に保つことで、いつまでも食物をおいしくかむことができ、かむことにより、自

浄作用でお口の中がきれいになります。齧歯や歯周病の予

防にはかるだけでなく、

胃腸での消化を助けたり、

歯や顎の成長を促したりし

ます。また満腹感を得るい

で、肥満予防や自律神経活性化による老化・認知症

のない)治療提供に努めて

います。

入院前の口腔内チェック

時に治療歴が認められた

場合でも、治療までの期間

が短い場合は入院前に

歯科治療が完了できない場

合もあります。また、放射

線治療や抗がん剤治療開始

の術後合併症や感染症を予

防したり、放射線治療・抗

がん剤治療を行う場合の口

腔粘膜炎や口腔内感染症を予

防したりといった治療を行

います。

徳島大学病院口腔管理セ

ンターを受診した周術期患

者さんにおいては、口腔内

に直覺症状がみられないに

かかりつけ歯科医を持ち、

もかかわらず、約半数に治

療が必要な歯が認められま

す。これは、日頃からの口

腔ケアが行きついないこと

が考えられます。治療が必

要な歯については、がんの

そのため、健康な時期から口腔ケアはとても大事であることが分かります。徳島大学病院口腔管理センターを受診した周術期患者さんにおいては、口腔内に直覺症状がみられないにかかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科受診を行つて、いつまでも健康で清潔であることが分かります。お口を保つために心掛けたいいただきたいと思いま