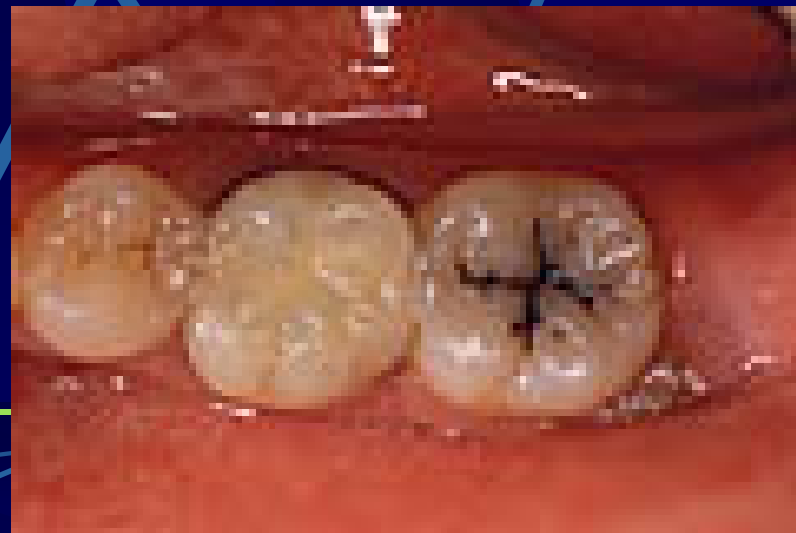


お口の病気について



歯周病

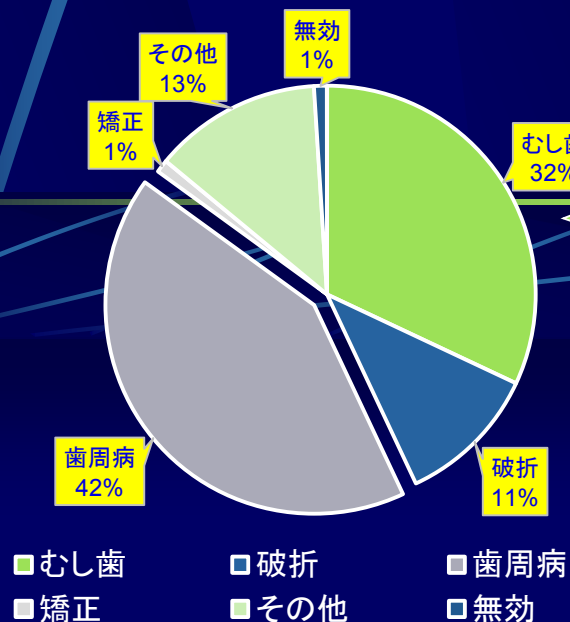


むし歯

歯を失う原因は何か？

お口の中の病気の代表はむし歯と歯周病

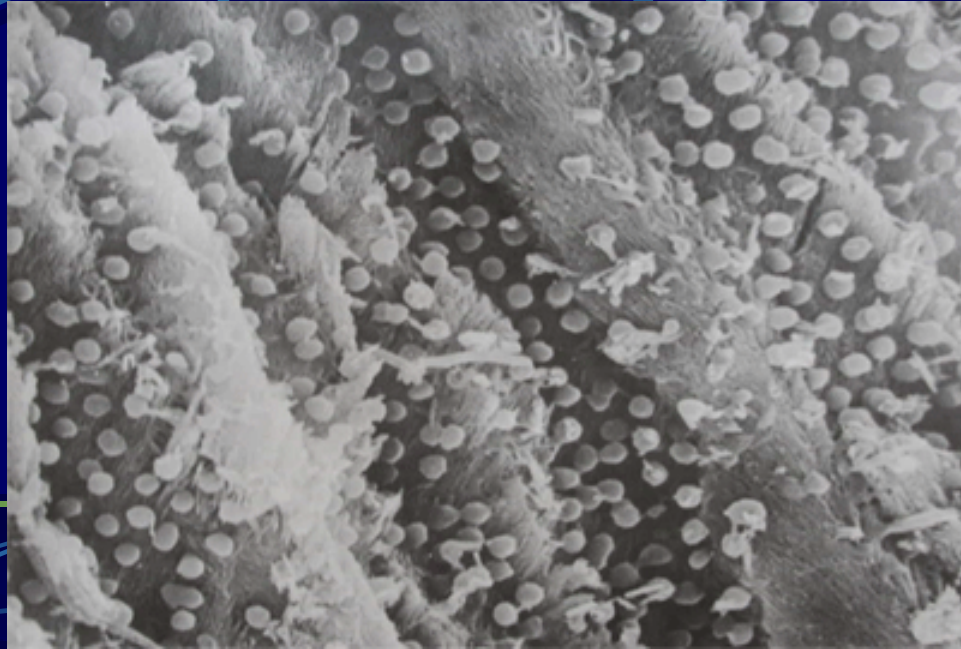
抜歯の主原因(全体)



むし歯は、子供などの若い世代で起こりやすい病気ですが、歯周病は40歳代より増えてくる病気です。

40歳では80%の人が、歯周病になっています。

病気の原因の正体は？



歯垢(プラーク)という、細菌の塊です。

むし歯とは



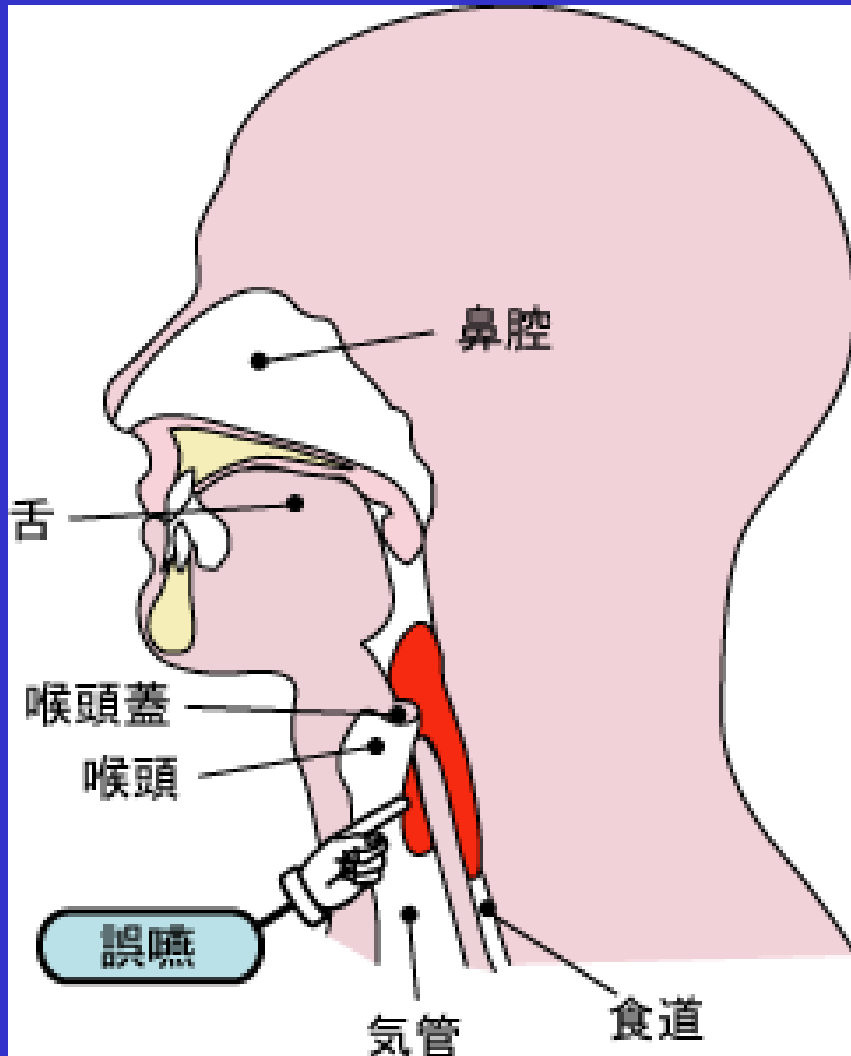
- ① 歯垢が付着する。
- ② むし歯菌が糖から酸を生成します。
- ③ その酸が歯の表面を溶かします（脱灰）
- ③ 歯の表面に穴があき、進行すると痛みを伴う事もあります。

歯周病とは



- ①歯垢が付着
- ②歯周病菌から出される、毒素で歯肉が腫れる
- ③さらに進行し、歯を支える歯槽骨が破壊される。
- ④歯が脱落する。

誤嚥性肺炎とは？



食道へいくはずの異物が、
気管にはいつてしまうこと。

プラークはどんなもの？



食べ物のカスでは
ありません！！

歯と歯肉のさかいめにつく、
白くて、ベタベタした汚れです。

病気を防ぐためには



歯垢を確実に除去することが重要です！

歯垢を除去する方法は

- ① 正しいブラッシングで、歯垢を除去すること。
- ② 歯科医院で、定期的な歯科健診を受ける。

病気のサインを見落さないように！



歯肉の腫れ

チェック1 歯みがきのときに血がでる

歯石も病気を進行させる要因



チェック2 歯の定期健診に1年以上
行っていない。

チェック3 舌で下の前歯の裏側をさ
わるとザラザラする。

むし歯予防に重要なこと

- ① 何か口にするのなら、時間を決めましょう。好きな時に口に入れるのは危険です。
- ② 糖分の摂取は控えめに。
特に、市販品のお菓子や飲み物は注意が必要です。

正しい歯磨き方法とは



歯ブラシの選び方

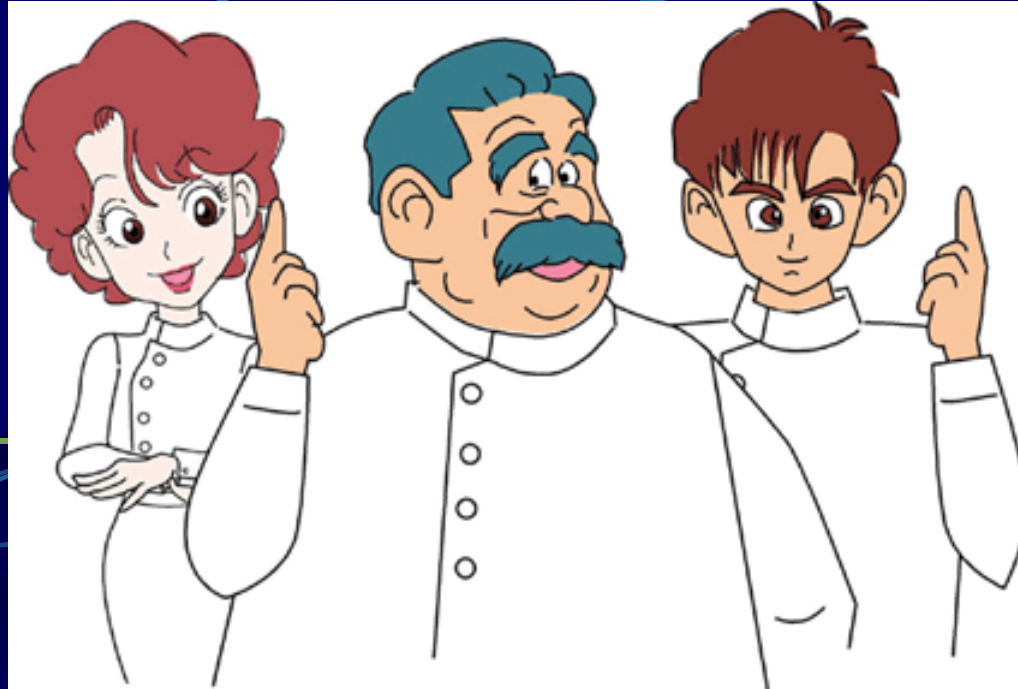
- ① ヘッドは小さめ
- ② 毛先はまっただいなもの
- ③ かたさはやわらかめ

補助道具は必ず併用しましょう



デンタルフロス、糸ようじ、歯間清掃用具を使用する。

歯周病にならないためにはどうしたら良いか？



半年～1年に一回は、歯医者へいく。

口腔ケアをする際の心構え

- ① 痛みを感じさせない
- ② 誤嚥させない
- ③ 歯垢の処理をしっかりとる
- ④ 気持ちよく感じてもらえるよう
に行う

口の中の観察（口内炎）

歯みがきを始める前に、
口の中がどんな状態になっているか観察します。



口内炎
触ると痛みが強く、
歯ブラシのとき注意が必要です。

口の中の観察（口角炎、傷）

口角炎

触ると痛みが強く、
歯ブラシのとき注意が必要です。

頬の傷等

頬の粘膜に、奥歯で噛んでしまっ
てできる傷等があります。

お互いを磨いてみましょう

まず、はじめる前の準備

- 歯ブラシ
- ティッシュ
- 膿盆(代用可)
- コップ



お互いを磨いてみましょう

1 まずはスキンシップから

歯磨きに対して緊張がある方には、
まず口から遠い場所からさわって、徐々に

口の周りを触るようにしましょう。

お互いを磨いてみましょう

2 声かけ

心の準備もあるので、必ず触る前には声かけが大事です。

また、歯磨き中も、「まずは右上の奥歯からやりますね〜。」などの声かけも忘れずに行いましょう。

お互いを磨いてみましょう

注意！！

誤嚥をおこしてしまわないように、
姿勢に注意しましょう。

顎が上がり気味な場合は、なるべく下向き
になるように誘導します。

また歯ブラシについての余分な水分は、ティッシュ
などでふきとりましょう。

お互いを磨いてみましょう

注意！！ 姿勢について



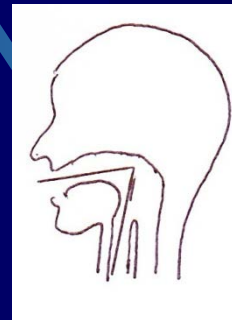
目線を合わせ、
あごを引いてもらう



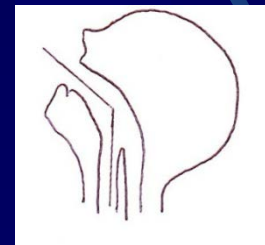
上から介助しては
いけない



枕などを
入れる



あごを引くと
口の中と気管
とに角度がつ
くとむせにく
くなる。

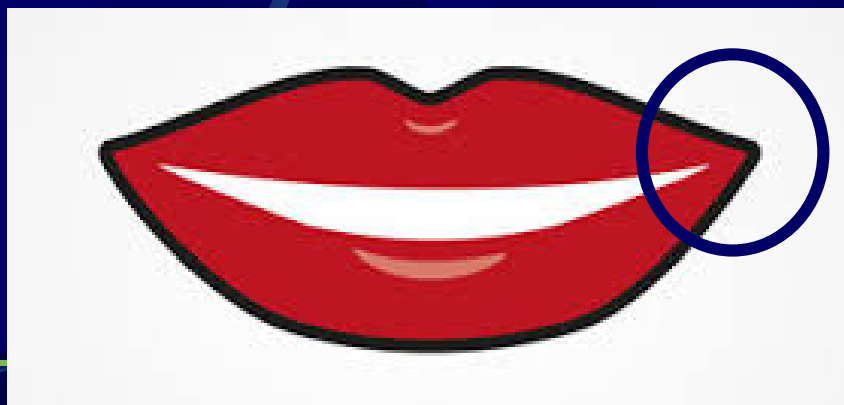


あごが上がると
口の中と気管
とが一直線に
なるため、むせ
やすくなる。

お互いを磨いてみましょう

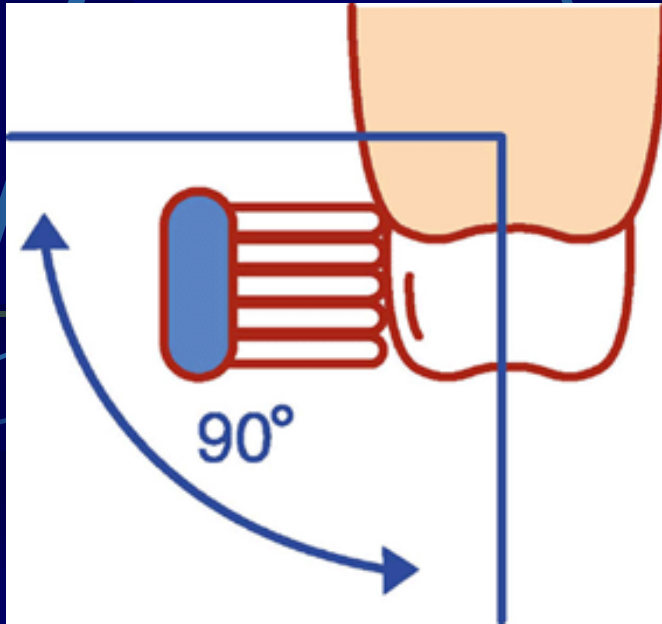
3 歯ブラシの挿入方法

なかなかお口を開けてくれない方は無理やり口唇の真ん中から入れるのではなく、口角から入れましょう。



お互いを磨いてみましょう

4 歯ブラシをあてる位置について



歯と歯肉のさかいめに
毛先を直角にあてる。

歯みがき後の注意

歯ブラシで取り除いた歯垢を口腔内に残さない

① うがいをする

うがいの後、咳払いをしてもらう。

一口量は少なめにする。(20ml～30ml＝ペットボトルのふた2,3杯分くらい)

② うがいができない場合は介助者が取り除く

うがいができない方はこのような道具を使い、歯垢を取り除きます。

義歯の手入れについて

三段階で清掃

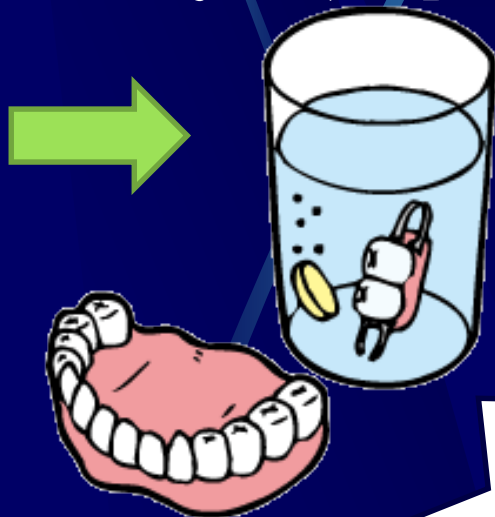
1

ブラシ洗い



2

義歯洗浄液



3

ブラシで再度あらう



乾燥・熱湯
歯みがき粉厳禁

!!



訪問歯科診療申し込みについて

訪問歯科診療申し込みについて

1. 神奈川区歯科医師会へ申し込む方法
2. 横浜市歯科医師会へ申し込む方法

1. 神奈川区歯科医師会

神奈川区歯科医師会ホームページより

- ① ホームページに申し込み様式があります。
<http://kanagawaku-dent.com/>
- ② FAXで申し込む。(0120-802093)
- ③ 住所地から近くの訪問可能な歯科医院を紹介します。

2. 横浜市歯科医師会 歯科医療連携室

- ① 横浜市歯科医師会 ホームページに
訪問歯科医療 歯科医療連携室をクリック
申し込み様式があります。
- ② FAXで申し込みます。
0120-814-594
- ③ 神奈川区内の歯科医院へ振り分けます。

通院可能であれば

横浜市歯科医師会ホームページより

http://www.yokoshi.net/?page_id=3593

☆ 区内の協力医療機関

☆ 横浜市歯科医師会(中区相生町6-107)

横浜市歯科保健センター(桜木町駅近く)

TEL 201-7737 FAX 212-4618