

2016年10月17日掲載

口腔ケアの効果
病気予防や健康保持

日本は世界でもトップレベルの長寿国です。しかし、同時に少子化と高齢化が進んでおり、介護の分野においては、介護を必要とする人と介護をする担い手の数のバランスが悪化しています。

特に要介護高齢者、その中でも寝たきりの方は、口の中や入れ歯を自分で清掃することが難しいので、歯や入れ歯だけでなく、舌の表面や口の中の粘膜にも細菌が繁殖しやすくなります。

口の中は37度前後に保たれ、定期的に食物が通過するので、細菌が増えやすい環境になっています。細菌の数は、口の中の歯垢や唾液の分泌量によって違ってきますが、千億から一兆個もの細菌がいます。

口の中の細菌には、むし歯の原因となる菌以外に、全身疾患の原因となる菌も存在しており、免疫力の低下とともに増殖して、いろいろな病気を引き起こすこともあります。糖尿病、敗血症、虚血性心疾患、感染性心内膜炎、誤嚥性肺炎などのリスクが高まります。

口腔ケアをしっかり行い、口の中を清潔に保つことで、病気の予防、健康の保持・増進、生活の質の向上につながります。それにより、介護者の負担が減り、医療費の削減にもつながります。今の子供たちの未来のためにつながるケアでもあるのです。