

口腔機能向上委員会の活動報告

～ 2年間の取り組みについて ～



医療法人社団三意会
介護療養型老人保健施設 あづまの里
口腔機能向上委員会
尾岸 晴美

佐野 奈保美 福田 淳子
河野 一二美 島田 崇光

施設概要

- 平成24年4月
病院（一般病床20床／介護療養病床30床）から転換
- 平均要介護度 4.47
- 平均年齢 87.0±8.2歳（男性20名、女性25名）
- 経口摂取者24名/経管栄養者21名（平成29年9月末）
- 医療ニーズの高い重度の利用者が多い
- 療養強化型を算定



委員会の組織

- 平成27年 口腔機能向上委員会（以下、委員会）を組織
 - 従前から1日3回の口腔ケアを実施
 - ⇒ 誤嚥性肺炎の発症は少なく経過
 - 委員会の役割
 - ⇒ 効果的かつ根拠のある口腔ケアを提供するための仕組みづくり

歯科との連携

口腔アセスメント

使用器具・用具の統一

手順書の作成

施設内研修会の開催

歯科との連携－口腔内診査

口腔内診査
スケジュール調整

連絡

一斉時（毎年10月）
新規入所時

個別口腔ケアに関する
疑問や質問

集約

診査時に口腔内の状況を見ながら回答を得る

口腔アセスメントと連動した
診査様式の作成

相談

専門的口腔内診査を反映した
スタッフによる口腔アセスメント

口腔アセスメント

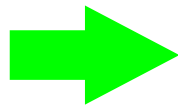
目的

利用者の口腔内の状況把握

口腔ケアに対する職員の意識付け・向上

様式作成に際して

簡便かつ再現性が高い
客観的に変化が追える



Eiler's Oral Assessment Guide
(OAG)

口腔ケア自立度の評価

口腔内診査結果を参考にした歯式

歯科口腔内診査用紙

診査実施日 平成 年 月 日
 歯科医師氏名 中原 昌三

入所者氏名	様	生年月日	年 月 日	性別	男女
疾患等					
食事	経口摂取（ 一般 軟菜 刻み ミキサー ） 経管栄養				

1. 現在歯・喪失歯の状況

動揺→

7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7

動揺→

健全歯：／ 喪失歯：△ 処置歯：○ う蝕歯：C 残根あり：残 欠損補綴歯：⊕
 ※ 歯の動揺は Miller の分類 0 度～3 度で表記

◇義歯の使用 有 ・ 無 特別な義歯：

◇義歯の適合 良 ・ 不良

◇咬合状態 右 有 有 左 無 無 無 ※義歯があって使用している場合、
 義歯使用時の咬合を評価

◇開口可動域 良 ・ 不良

◇閉口可動域 良 ・ 不良

2. 口腔内の状態

歯垢	歯石	歯周炎	舌苔	口臭	乾燥
有・無	有・無	有・無	有・無	有・無	有・無

3. 問題点・その他

◇口腔内診査への拒否・抵抗 有 ・ 無

◇スタッフからの疑問・質問

歯式

OAGと連動
 できる項目

口腔アセスメントシート

入所者氏名： 様

アセスメント実施月（ 年 月 ） 評価者① ②

【現在歯・喪失歯の確認】

7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7

健全歯：／ 喪失歯：△
 処置歯：○ う蝕歯：C
 残根：残 欠損補綴歯：⊕

【口腔アセスメントガイド（OAG）】

項目	声	嚥下	口唇	舌	唾液	粘膜	歯肉	歯と義歯	合計点
点数									

【開口その他】

開口度（0～4 横指）	閉口制限	口臭		サクシオン
0 1 2 3 4	無・有	無	30cm 以内 30cm 以上	無 適宜 定時

【口腔ケアの自立度（1：自立 2：一部介助 3：全介助 -：未実施・未使用）】

歯磨き	うがい	義歯着脱	義歯洗浄	開口協力	噛み締め
1/2/3	1/2/3	1/2/3	1/2/3	無・有	無・有

アセスメント実施月（ 年 月 ） 評価者① ②

【現在歯・喪失歯の確認】

7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7

健全歯：／ 喪失歯：△
 処置歯：○ う蝕歯：C
 残根：残 欠損補綴歯：⊕

【口腔アセスメントガイド（OAG）】

項目	声	嚥下	口唇	舌	唾液	粘膜	歯肉	歯と義歯	合計点
点数									

【開口その他】

開口度（0～4 横指）	閉口制限	口臭		サクシオン
0 1 2 3 4	無・有	無	30cm 以内 30cm 以上	無 適宜 定時

【口腔ケアの自立度（1：自立 2：一部介助 3：全介助 -：未実施・未使用）】

歯磨き	うがい	義歯着脱	義歯洗浄	開口協力	噛み締め
1/2/3	1/2/3	1/2/3	1/2/3	無・有	無・有

歯式－上段：口腔内診査

下段：口腔アセスメント

動揺→

7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7

動揺→

健全歯：／ 喪失歯：△ 処置歯：○ う蝕歯：C 残根あり：残 欠損補綴歯：⊕

※ 歯の動揺は Miller の分類 0 度～3 度で表記

【現在歯、喪失歯の確認】

7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7

健全歯：／ 喪失歯：△
 処置歯：○ う蝕歯：C
 残根：残 欠損補綴歯：⊕

使用器具・用具の統一

目的

利用者の口腔内の状況に合った口腔ケアの提供

歯

歯ブラシ

含嗽

スポンジブラシ

口腔内乾燥

口腔保湿剤

必要な物品を
ご用意いただく

消耗品の補充 補充連絡の目安を設けることで欠品率が低下

入所時説明資料

～歯磨き用品のご案内～

当施設では、お口の健康を守り美味しく食事を召し上がっていただくだけでなく、肺炎の発生予防など様々なことを期待し一日3回の口腔ケアを実施しています。



その際に使用している歯磨き用品のご用意と補充をお願いしています。

1. 必要な歯磨き用品

様の場合

	自分の歯 ある○ ない×	入れ歯 ある○ ない×	うがい 出来る○ 出来ない×	※（歯磨き粉）（含嗽剤）はなくても歯磨きは可能です
□1	○	×	○	歯ブラシ・（歯磨き粉）・（含嗽剤）
□2	○	×	×	歯ブラシ・スポンジブラシ・口腔内保湿剤
□3	○	○	○	歯ブラシ・入れ歯洗浄剤・（歯磨き粉）
□4	○	○	×	歯ブラシ・スポンジブラシ・口腔内保湿剤・入れ歯洗浄剤
□5	×	○	○	歯ブラシ・入れ歯洗浄剤
□6	×	○	×	歯ブラシ・スポンジブラシ・口腔内保湿剤・入れ歯洗浄剤
□7	×	×	○	スポンジブラシ・（含嗽剤）
□8	×	×	×	スポンジブラシ・口腔内保湿剤

上記☑チェックがついているものをご用意下さい。

2. 歯磨き用品の説明と案内

①歯ブラシ



ヘッド部分は、ご自分で歯みがきができる方は毛束が大きく目、できない方は小さ目が使いやすいです。また、粘膜を傷つけないよう毛束は柔らかめのものをお勧めします。

②スポンジブラシ



食べかすやネバネバ汚れの除去や、保湿剤の塗布に使用します。また、お口の洗浄後に余分な水分を拭き取ります。

③口腔内保湿剤（リフレケア）



口臭や歯肉炎・歯周炎を予防し、口の中の潤いを保ちます。また、歯磨き粉の代わりとして使うこともできます。

④入れ歯洗浄剤・入れ歯ケース



洗浄剤は、ネバツキや臭いを取り、入れ歯を清潔にします。

ご自分の歯の有無
義歯の有無
含嗽の可不可から
8パターンに分類

必要な器具・用具
をご案内

⑤歯磨き粉

歯磨き粉につぶつぶが入っていると、口の中に残りやすく乾燥のもとになるので、うがいが十分にできない場合はつぶつぶの入っていないものをお勧めします。

⑥含嗽剤



口臭の防止や歯肉炎の予防・口中を爽快にし、うがいのできない方でも歯磨き粉の代わりとしてお使いいただけます。お買い求めの際は低刺激もしくはノンアルコールのものをお勧めします。

3. 補充について

①歯ブラシ→定期的（3か月毎）に交換します。

※3か月未満でも毛束の広がり強い場合は、その都度交換させていただきます。

②スポンジブラシ

③口腔内保湿剤

④入れ歯洗浄剤

⑤歯磨き粉

⑥含嗽剤

①④は、初回ご購入の際には2個分をご用意いただき一つは在庫として保管させていただきます。在庫分に手を付けた時にご連絡しますので補充をお願いいたします。⑤⑥は必要と思われる場合に購入を依頼いたします。

※入れ歯ケースは一つご準備していただければ幸いです。

②③は、当施設の試供品を使用し、続けて使う際に購入を依頼いたします。

※今回、ご用意いただいたもの以外にも必要と思われるものがある場合は、ご相談させていただきます。また、ご不明な点などあればお気軽にお尋ね下さい。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

1. 必要な歯磨き用品

様の場合

	自分の歯 ある○ ない×	入れ歯 ある○ ない×	うがい 出来る○ 出来ない×	※（歯磨き粉）（含嗽剤）はなくても歯磨きは可能です
☐ 1	○	×	○	歯ブラシ・（歯磨き粉）・（含嗽剤）
☐ 2	○	×	×	歯ブラシ・スポンジブラシ・口腔内保湿剤
☐ 3	○	○	○	歯ブラシ・入れ歯洗浄剤・（歯磨き粉）
☐ 4	○	○	×	歯ブラシ・スポンジブラシ・口腔内保湿剤・入れ歯洗浄剤
☐ 5	×	○	○	歯ブラシ・入れ歯洗浄剤
☐ 6	×	○	×	歯ブラシ・スポンジブラシ・口腔内保湿剤・入れ歯洗浄剤
☐ 7	×	×	○	スポンジブラシ・（含嗽剤）
☐ 8	×	×	×	スポンジブラシ・口腔内保湿剤

上記☑チェックがついているものをご用意下さい。

手順書の作成

目的

- ・根拠のある口腔ケア技術の提供
- ・職員の技術の均てん化

- ・実際の口腔ケア場面で手順を確認しやすいように、イラストを用いた簡易版も作成した。

口腔ケア手順（全介助の基本）

平成 29 年 6 月更新

下線部分訂正→ガーゼ使用中止のため個人のティッシュへ変更

- 物品を準備する。
①個人の適用物品（必要物品リスト参照）、プラスチック手袋、個人のティッシュ
- 説明をし、体位を整える。
①手洗いを行い（一利用者根一手洗い）、これから口腔ケアを行う事利用者様に説明する。
※いきなり口腔内に歯ブラシを入れると怖いと感じるため、タッチング等で安心感を与えるといい。
②酸素を防ぐため、20〜30度屈ギャッアップし、顔を横に向け、頭部が後屈しないようにする。
- 口腔内を加湿する。
①ゴム手袋を装着する。
②必要物品を用意し、利用者様のベッドサイドに置く。
③濡れたティッシュで口の周りをマッサージしながら拭く。
※口の周りの汚れが口腔内に入らないようにするため。
④手背にリフレカをのせ、口唇は軽くたたくように、口腔内は全体にマッサージするように塗り広げる。口腔内になじむまで1〜2分待つ。
※舌苔や乾燥した痔瘻、歯皮など凝固物などには少し多めに塗布すると2〜3分後やわらかくなる。しかし、一度でとれない時は、無理をせず少しづつとるようにする。
- 歯を磨く。
※リフレカが口腔内になじむのを待つ間に実施。
①リフレカを少量歯ブラシにとり、ブラッシングする。
持ち方はペンダリップ（ペンを持つように）で歯肉に強くあてないように気を付ける。
動かしても大きくならないように3ミリくらいの幅で動かす。
イメージとして（ゴシゴシではなく、シャカシャカ）
- 粘膜・歯肉を磨く。
①口唇の内側・口蓋・歯肉は奥歯→前歯の方向に、頬の内側は上→下の方向に、スポンジブラシを動かし、汚染物を回収する。
汚染物の回収は、スポンジブラシのスポンジ部分を指でつまみ、水気を取ってから使用する。

- 舌を磨く。
①スポンジブラシや歯ブラシを使用し、舌根から先端へ5〜10回磨き、汚染物を回収する。
汚染物の回収は、スポンジブラシのスポンジ部分を指でつまみ、水気を取ってから使用する。
- 口腔内を保湿する。
①仕上げ用にコップの水を取りかえる。
スポンジブラシはぬめりをきれいにしてから使用する。流水で洗浄できればよりよい。（スポンジブラシを汚れたまま使用すれば、細菌を口腔内に塗り広げてしまうため）
②手背にリフレカを小豆大とり、頬部・上顎・舌・口唇にごく薄く塗布する。その際、頬の裏をマッサージするように刺激する。
口の周りをティッシュできれいに拭く。
※リフレカの量に気を付ける。
量が多いと唾液と混ざりドロツとした性状になってしまう。誤嚥・窒息の可能性があるので注意する。
③口腔ケアが終了した事利用者様に説明する。
- 物品の後片付けをする。
①歯ブラシ・スポンジブラシはしっかり指腹でこすり、ぬめりが残らないようにする。
スポンジブラシは、2回使用するが汚染が強いときは捨てる。
②コップはしっかり手でこすり、ぬめりが残らないようにしっかり水をきる。
③しっかり乾燥させ細菌繁殖を抑えるため、歯ブラシ・スポンジブラシは毛束を上にし、コップに立てて保管する。
④ゴム手袋を外し手洗いを行う。

【参考文献】

- ・リフレカの使用方法
- ・T & Kティーアンドケー株式会社 要介護者向け ペプチサル口腔ケアセットの使い方
- ・サライ株式会社 企業・法人向けHPより 口腔ケアの実際 口腔ケアの方法
- ・はじめよう！やってみよう！口腔ケア

口腔ケアの流れ

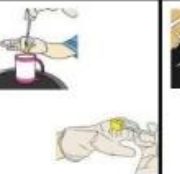
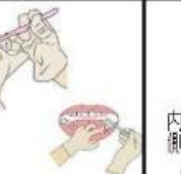
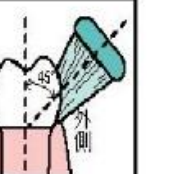
平成29年6月

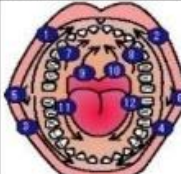
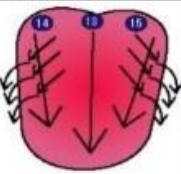
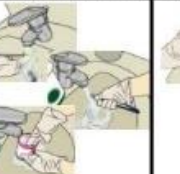
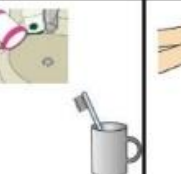
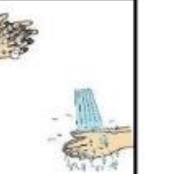
項目	①物品を準備する	②説明をし、体位を整える	③口腔内を加湿する	④歯を磨く
イラスト				
手順	物品準備	手洗い	説明し体位を整える ゴム手袋を装着する	濡れたティッシュで 口の周りを拭く リフレカをとる
注意点	個人の適用物品は 必要物品リスト参照		タッチングで 安心感を与える	水の量を切った スポンジブラシで リフレカをすくう
			口の周りの汚れが 口腔内に入らない ようにするため	口唇は叩くように リフレカを 塗布する
			顔を横に向け 20〜30度屈 ギャッアップ	歯ブラシで リフレカをすくう
			リフレカは 1cm幅	歯を磨く

項目	⑤粘膜・歯肉を磨く	⑥舌を磨く	⑦口腔内を保湿する	⑧物品の後片付けをする
イラスト				
手順	粘膜・歯肉を磨く	舌を磨く	使用物品を洗浄し コップの水を 取り替える	リフレカを口腔内 （頬部・上顎・舌・ 口唇）に塗布
注意点			ぬめりが取れるまで 流水で洗浄する	リフレカは小豆大
				口周部の水気を ティッシュで拭きとり 終了を伝える
				ぬめりが取れるまで 流水で洗浄する
				毛束を上にして保管
				スポンジブラシは 2回使用、汚染が 強い場合は複数
				スポンジブラシは 指で擦り歯肉を 磨くように刺激する
				頬部はマッサージ するように刺激する

口腔ケアの流れ

平成29年6月

項目	①物品を準備する	②説明をし、体位を整える	③口腔内を加湿する				④歯を磨く	
イラスト								
手順	物品準備	手洗い	説明し体位を整える ゴム手袋を装着する	濡れたティッシュで 口の周りを拭う リフレケアをとる	水気を切った スポンジブラシで リフレケアをすくう	口唇と口腔内に リフレケアを 塗布する	歯ブラシで リフレケアをすくう	歯を磨く
注意点	個人の適用物品は 必要物品リスト参照		タッチングで 安心感を与える	口の周りの汚れが 口腔内に入らない ようにするため		口唇は叩くように		
			顔を横に向け 20～30度程 ギヤジアップ	リフレケアは 1cm程度		口腔内は 全体をマッサージ するように		

項目	⑤粘膜・歯肉を磨く	⑥舌を磨く	⑦口腔内を保湿する			⑧物品の後片付けをする		
イラスト								
手順	粘膜・歯肉を磨く	舌を磨く	使用物品を洗浄し コップの水を 取り替える	リフレケア口腔内 (頬部・上顎部・舌・ 口唇)に塗布	口周囲の水気を ティッシュで拭きとり 終了を伝える	使用物品の洗浄	コップの水気を しっかり切る	手洗い
注意点			ぬめりが取れるまで 流水で洗浄する	リフレケアは小豆大		ぬめりが取れるまで 流水で洗浄する	毛束を上にして保管	
				スポンジブラシか 指で薄く塗布する		スポンジブラシは 2回使用、汚染が 強い場合は破棄		
				頬部はマッサージ するように刺激する				

施設内研修会の開催

目的

口腔ケアに関する職員の知識・技術向上支援のため
(年1回開催)

平成27年

連携歯科医による口腔ケアの基本についての講演

平成28年

施設推奨の口腔保湿剤に関する研修会

平成29年

手順書を用いた技術確認－相互実習形式

結語

- 組織後2年間の活動は主に口腔衛生に関するシステム構築に注力した。
- 従来少なかった誤嚥性肺炎はさらに減少し、誤嚥性肺炎 高リスク者でも肺炎を発症しないなど、誤嚥性肺炎はさらに減った。
- 口腔アセスメントの結果をケアプランへ反映させること
歯科衛生士が専門的関わりを持つためのシステム構築が課題となる。
- 摂食・嚥下に関する課題に対しても取り組めるよう、今後も利用者のQOL向上に資する活動を展開していきたい。

ご清聴ありがとうございました