

## 口腔ケアチェックシート(詳細版)【解説編】

### 1. 口に痛み・はれ・出血がある

痛み、はれ、出血の原因は、むし歯、歯周病、のう胞、腫瘍などがある。残根（ひどいむし歯）やインプラントが埋もれていて、周囲に炎症が波及し外側にまで赤く腫れることもある。そのほかに、薬の副作用や、感染症などの全身的な疾患が疑われるものまで様々な原因が考えられるので注意する。薬の副作用で、高血圧や不整脈治療の目的でカルシウム拮抗剤を服用している場合、歯肉増殖や刺激時の歯肉からの出血があることもある。

### 2. 歯のないところがあって、そのままになっている

咀嚼機能（咬む能力）に影響を及ぼす。喪失歯が多いと咀嚼能力の低下を招く。咬む能力は、現在（残存）歯数や機能歯数(残存歯数と義歯やブリッジなどの治療により咬むことに参加している歯の総数)だけによるものではなく、上下の歯、特に奥歯がしっかり咬み合っているかが重要となる。

### 3. 入れ歯が合っていない

入れ歯が安定せず、吸着が悪い状態。口の中に収まらず、動いて外れ易い状態。入れ歯の内面に食べ物が沢山入る状態。等。

### 4. 口の中が汚れている

歯の表面は、食物残渣（食べ物のカス）、歯垢が付着する。歯垢（プラーク）は、歯ブラシなどでこすり落とさないかぎりうがいなどで除去することは不可能であるため、歯垢の付着は、歯ブラシの不足か正確に歯ブラシができていないことを表す。食渣は、口腔機能が正常な場合は繊維質のもの以外はあまり口腔内に停滞することはないので、食渣が口腔内に存在している場合は、口腔機能の低下を疑う。

### 5. 舌苔がある

舌の表面には、舌苔と呼ばれる白色や黒色の苔状の汚れが付着する。本来、この舌苔も、口腔機能が正常な人であれば付着することは少なく、多量の舌苔の付着が認められた場合は舌の機能低下さらには粘膜感覚の低下を疑う。

### 6. 入れ歯が汚れている(清掃していない)

義歯にも歯と同様に食渣とプラークが付着する。義歯は口の粘膜に接する面(粘膜面)と歯(人工歯)が生えている面(研磨面)の表と裏がある。両面の汚れ、また義歯のバネの付近の汚れを確認する。

### 7. 口臭がある

口臭は口腔衛生状態を反映する指標として有用である。口臭の多くは口の中の細菌の活動によって産生される揮発性硫黄化合物によって生じる。このほか、

糖尿病や胃腸の疾患によって口臭を生じる場合がある。さらに食物による口臭もある。

#### **8．口の渇きが気になる**

口腔乾燥は、さまざまな原因によって引き起こされるが、服用薬剤の影響や、口を動かさないことなどによる唾液分泌減少や口腔機能不活発に起因することが多く、口腔の自浄作用の低下を招き、口腔の衛生状態を悪化させる。口の乾燥自体が口腔機能に悪影響を及ぼしたり、むし歯が増えるなど口腔内の疾患の原因になる重大な状態である。このことにより、ものが食べにくい、入れ歯があたると痛いなどの影響もでる。

#### **9．食事中にむせることがある**

口腔機能の低下が疑われる

#### **10．痰のからみがある**

9、10は上気道感染のひとつのサインであるとともに、嚥下障害を推し量る最も重要な症状のひとつである。

#### **11．固いものが食べにくくなった**

咀嚼機能の低下。

#### **12．食べこぼしが多くなった**

口唇閉鎖が十分でない。自食の際に口に食事を運ぶ際の手と口の協調が上手くとれずに食べこぼすことがある。認知機能に問題がある場合にも認められる。