

在宅療養「在宅コーナー」

口腔ケアと心のケア

大津市歯科医師会 光 吉 平

1. 訪問歯科診療

在宅療養されている方に対して歯科医師、歯科衛生士が訪問し口腔ケアを行うことを訪問歯科診療と言います。口腔ケアとは歯科治療、口腔清掃、そして食べる、話す、呼吸するなどの失われた口腔の機能の回復と維持を目的としたリハビリテーション等、口腔に関係する処置を包括的に表した言葉として用いられています。訪問歯科診療は幼児から高齢者まで全ての年齢層が対象となります。私が訪問歯科診療を行っている小児は、脳性麻痺、筋ジストロフィー、インフルエンザ脳症、ゴーシェ病、幼児ポツリヌス症、など状態は様々でその多くは呼吸器をつけておられます。口腔内の管理をしてほしいという親からの依頼が一番多く、その他、正常に生え変わるか心配、あるいは呼吸器をつけているが乳歯が抜けてのどに落ちたら心配なので診てほしいという不安から依頼を受けることもあります。成人、高齢者においては脳血管障害の後遺症、進行した認知症、骨折、パーキンソン病やALSなどの神経難病、脊髄損傷、老衰などが原因で在宅療養されている方からの依頼を受けています。それぞれに異なった疾病の影響を受けて起きている口腔機能の問題に対応するために訪問歯科診療を行っています。

2. 高齢者の現状

在宅療養されている高齢者の口腔内の状態は疾患の影響、加齢的变化、廃用症候群、薬物の影響による唾液分泌の抑制、介護力などその他もろもろの条件が複雑に絡み合った結果としての姿を呈しています。それは、義歯の不適合、歯肉の炎症、食物残渣の停留、口腔内の乾燥、齲蝕の多発、摂食嚥下障害などです。具体的には、口臭がする。折れた歯の縁が頬粘膜に刺さっている。義歯が壊れた。歯が揺れている。出血する。むせて食事ができない。よだれ

が止まらない。など、訴えは様々です。以前行われた調査で、在宅高齢者は自身の口腔に異常を感じていないにも関わらずその多くに治療の必要性があることが分かっています。また、訴えることができない方もおられます。そのため、介護者が口腔内の異常、不具合に気づいて訪問歯科診療を依頼するケースがほとんどです。最近では口から食べたい、食べさせたいという本人、家族の切実な思いを受けてケアマネジャーから訪問依頼を受けることも増えてきています。口腔の問題については周囲の人が気づくということが重要になってきます。

要介護高齢者の日常生活における関心事で一番に挙げられるのは食事です。人生のさまざまなイベントの中に家族あるいは仲間との食事があったからだと思えます。食事を囲んで人が集い、会話を楽しみ、大声で笑う。食が人生といかに強く結びついているかがわかります。口腔は食べ物をかみ砕き唾液と混ぜて嚥下する消化器官として、呼吸器官として、発声器として、味覚器として、さらに感情を表現するなど様々な機能を果たしています。口腔内には300~400種類の細菌が数千億個以上も生息しています。歯という硬組織とその周囲の軟組織そして金属冠や義歯が混在する複雑な形態が口腔清掃を難しくし、細菌は唾液、歯周ポケット、舌、頬粘膜や咽頭粘膜に住み着き、時に1兆個まで数が増えて口腔および全身の健康を脅かすこととなります。経口摂取されていない方は細菌がさらに増加し咽頭に流れ込むこととなります。80歳以上の高齢者の死亡原因でその第3位に肺炎が挙げられています。肺炎の70%は食べ物、唾液などを誤嚥したことによって生じる誤嚥性肺炎であるとされています。誤嚥性肺炎の発症には口腔内環境の悪化や摂食嚥下機能の低下が深く関わっており、口腔ケアの実施によって肺炎の発症が有意に減少するとの研究報告があります。口腔

ケアによってインフルエンザ感染の軽減、認知機能の低下が緩慢になる傾向があることも報告されています。さらに歯周疾患と心臓疾患との関係を扱った論文が数多く発表されており、歯周病菌がその発症に大きな役割を果たしています。重度の歯周病に罹患していると冠動脈疾患が1.5倍、心疾患による死亡が1.9倍、心筋梗塞の発症が2.8倍に増加することや、糖尿病、腎炎やリウマチ性関節炎と口腔内細菌との関係が深いことが知られています。

3. 歯科医師、歯科衛生士の役割

歯科医師と歯科衛生士は虫歯の治療や義歯の作製などの歯科治療、口腔内の清掃とその指導、失われた摂食嚥下機能の回復あるいは現状維持を目的としたリハビリテーションなどを行います。そのとき訪問歯科診療をキュアの観点ではなくケアの観点で取り組むことが重要だと考えています。介入することにより口腔機能が目覚ましく改善するというよりも現状維持あるいは低下を遅らせるという事例が多く、口腔機能の改善を通してその方が快適な生活を送るお手伝いをさせていただくという考えです。障害を治すあるいは訓練、リハビリをして患者さんを変えるということではなく医療者、介護者が変わることで摂食嚥下障害における食事支援、口腔清掃の支援をするという姿勢で訪問歯科診療を行うことが大切だと考えています。訪問歯科診療は健康保険制度を利用して診療所から16キロ未満の距離の範囲であればご自宅に訪問が可能です。居宅療養管理指導も医科とは別枠で利用することができます。歯科医師、歯科衛生士それぞれが単独で訪問する場合もありますが私は歯科衛生士とともに行っています。歯科医師は義歯の調整と作製、虫歯の治療、抜歯、歯周病の治療、そして口腔機能の評価とその対応法を指導します。一方、歯科衛生士は歯石除去など専門的な口腔清掃と日常の簡便な口腔清掃方法をご本人、ご家族、訪問されている専門職の方に指導します。口腔機能評価に基づいて食べることの支援も行います。最近食事に時間がかかる、食べこぼす、むせる、口に含んだままなかなか飲み込まないなどの症状に対して生活環境を考慮しながら対応します。訪問歯科診療において歯科衛生士は欠かすことができない医療職と同時に介護を支える介護職としての役割も担います。口を閉じて開けてくれない認知症の方に

対して歯科衛生士が歯ブラシを口元に添えるだけで大きく口を開いてくれることは日常よくある風景です。在宅療養者の心のケアの原点に口腔ケアがあるのではないかと感じる瞬間です。口腔ケアは口腔の健康を支えるケアとともに心身の健康と密接に関係し、生きるという人間の本質的なものを支える重要なケアといえるのではないのでしょうか。食事はその方の人生が集約されています。若いとき忙しく働いていた方は早食いの傾向があります。食べ物の好き嫌いもあります。また、食べるときの姿勢や呼吸状態は摂食嚥下に大きく関係します。現在の状況、過去の生活習慣など多くの情報を基にその方の支援を行うことが必要となります。そのため、かかわる方との情報交換と協力は必要不可欠なものとなります。顔の見える関係、地域で在宅療養されている方を中心にかかわる職種が密な連携をとることでその役割と分担を知ることができます。職種間の壁を取り除いたときに在宅療養者の生活を支える新たなものが見えてくるように思います。

4. 歯科医師会として

滋賀県歯科医師会は県委託事業として平成25年度、26年度「地域包括口腔ケア推進事業」、平成27年度からは「在宅歯科医療のための多職種連携推進事業」を実施しています。内容は①県全体の情報収集と地域代表者の検討会の開催。②地域連携会議の開催。③研修会の開催などです。大津市歯科医師会はその事業の一環として多職種に参加していただく地域連携会議を開催し在宅歯科診療の周知と情報交換などを行っています。また、在宅歯科診療に関する研修会では平成26年度、大津市医師会、西山順博先生に「在宅療養サポートチーム（hST）構想の全貌」～大津市における多職種連携並びにおうみ在宅療養連携シート等について～という演題で、さらに平成27年にはケアマネジャー矢守友樹氏に「高齢者理解と包括ケアにおけるケアマネジャーの役割」という演題でご講演をいただきました。平成24年度から大津市歯科医師会が無料出張歯科健診モデル事業として「かむかむ健診」を実施しています。この事業は、自ら歯科医院に通院することが困難な要介護者に対し、施設に訪問して歯科健診、口腔機能診査を行うことにより口腔の状態を把握し、その後の適切な歯科治療、介護体制の改善につなげていくこと

を目的で実施しています。これらに加えて、平成25年から開催されている大津市内7ブロックの合同研修会にも積極的に参加しています。このように大津市歯科医師会では在宅医療推進を進めるために医科歯科連携体制の構築、介護関係者と連携しながら在宅療養を支える医療介護推進、そして多職種でのチーム医療対応体制構築などの活動を重ねてきました。結果、医科歯科連携では医科と連携する歯科診療所は6.5%、歯科と連携する医科診療所は10.7%と増加し、訪問歯科診療実施率が平成22年に14%であったものが平成27年には22%にまで増加しました。各事業を進める中で確実に顔の見える関係が出来上がってきており徐々に体制整備が進んではいますが困難事例への訪問歯科診療の実施や歯科衛生士による口腔ケアの普及、摂食嚥下障害への対応は不十分であり、平成28年4月1日現在、在宅療養歯科支援診療所の数は大津市で7件にとどまっています。

5. おわりに

今でも在宅療養のお宅へ訪問すると異様な口臭が部屋中に漂っていることがあります。口の中を拝見すると食べ物の残渣が腐敗し、からからに乾燥している。経口摂取されていない方はさらに乾燥が強く、粘膜の汚れは取れにくくなっています。咽頭に貯留した痰と唾液がゴロゴロとのどを鳴らし苦しそうに喘いでいる姿を見ることがあります。歯科衛生士がそっと口に手を置き、口腔ケアを始めると日ごとにその方の顔が穏やかになっていきます。そして、しだいに臭いも消えていきます。口は健康（病気）の入り口、魂の出口ともいわれるゆえんはそこにあるのかもしれませんが。大津市医師会の先生方におかれましては、こうした歯科医療関係者の活動を知っていただき、在宅療養におけるチーム医療の一員としてご指導ご鞭撻をよろしくお願いいたします。

