

2009年(平成21年)

6月1日(月)

第26号

ひまわり通信

発行所 医療法人社団立靖会 ひまわり歯科

〒229-0031 神奈川県相模原市相模原 5-5-1

電話(042)750-6143 F A X (042)756-4334

介護保険事業所番号：1432646495



URL : <http://www.himawari.serio.jp>



オーラルバランス

オーラルバランスは、ドライマウス（口腔内乾燥症）の方の口内の潤いを保ちます。チューブから1cm程を押し出して口内に塗って使用します。

1本販売価格 1,530円

口腔内に潤いを保つ方法

ドライマウスとは、唾液の分泌が少なくなり、口の中が乾燥する病気です。唾液には、保湿だけでなく、消化、浄化、抗菌作用、味覚、傷の修復促進などの役割があります。ドライマウスにより唾液の量が減ることで、口が渇くという症状以外に、虫歯になりやすい、口臭が気になる、入れ歯をはめると痛い、会話がしにくいなどの飲み込みにくいなどの症状が現れます。そこで今回は、これらの症状を少しでも緩和する方法として、保湿剤のオーラルバランス、唾液腺マッサージ、さらにドライマウスの方によく見られる舌苔の取り除き方をご紹介します。

ドライマウスをご存知ですか？



唾液腺マッサージの方法



イラストは歯科関係サイトより

親指以外の4本の指を使って、うえの奥歯あたりを後ろから前に向かって回す(10回)

親指をあごの骨の内側の柔らかい部分に当てて耳の下からあごの先まで5箇所ほどを軽く押す(10回)

両手の親指をあごの真下に当ててつきあげるようにゆっくりと押す

舌の清掃方法

今回は舌を磨く専門の器具「舌ブラシ」をご紹介します。

紹介致します。高齢者の方は、舌の汚れをとらずにいると写真のような「舌苔」がついてしまいますので、汚れが気になった時には使用することを勧めます。「舌ブラシ」は、図のように舌の奥から手前にかき出すように動かします。

特に起床時は舌に汚

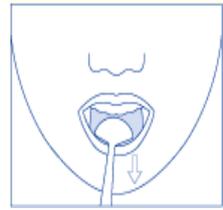
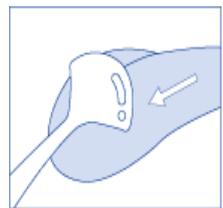


舌苔のこびりついた舌



皆様から頂いたご意見・お叱りについて

時は舌に汚れが溜まっているので、朝行うのが効果的です。ただ、頻繁に使いすぎたり、あまり力を入れすぎると舌の表面が傷ついてしまうので注意しましょう。



5月某日、歯周病の治療を行っている患者様のご家族様より、「一回の治療時間が短く、治療期間が長い。いっぺんに治療を進められないのか・・・」とお声をいただきました。

まず、歯周病を根本的に治すには、細菌の塊であるプラークやその足場となる歯石を除去しなければなりません。ただしこれらの治療は刺激が強く出血や痛みを伴うので歯茎の炎症が強い部位には行えません。また炎症が慢性化している部位の場合も一度に広範囲の治療を行ってしまうと、口に物を運ぶ度にその部位全体が沁みて食事に支障をきたしてしまいます。このため炎症が強いところは薬の注入や消毒、炎症が落ち着いた部位は歯石除去とその部位ごとの症状にあわせた治療を行います。

このように歯周病治療は、「歯を削り材料を詰めたら元々」ではなく症状に合わせて進めていくため治療の時間や期間が予測しにくくなります。また要介護者の方だとその方の日常の口腔ケアが症状改善に大きく影響してくるので、日常のケアが十分にできていない場合は治療が長引くケースが多いです。

この声を機に当院では、患者様の症状ならびに当日の治療内容を具体的にご本人様ご家族様へお伝えするように改善指導いたしました。

患者様やご家族様も、何か疑問や質問がありましたら遠慮なさらずにお気軽に担当ドクターへお尋ねいただけると治療をより把握できて効果も違ってくると思います。

患者様、ご家族様から同じような問い合わせがございましたら、ひまわり歯科なんでも相談係 森住までご連絡下さい。

直通ダイヤル 0800-13300-0877