SENSIKAI No.241

MERRY CHRISTMAS

無歯顎の人の口腔ケアの必要性

1・口の中の細菌が気管をとおって肺炎を起こす

入れ歯と接している歯肉や舌には食物残渣や細菌が付着しています。
粘膜の清掃を怠ると細菌が繁殖し気管をとおって細菌が肺へと侵入します。
それが引き金となり肺炎を引き起こす恐れがあります。

2・唾液が減少し、粘膜の免疫力が低下する

唾液には、体内に侵入したウイルスや細菌の活動を制御する抗菌作用によって身を守る機能があります。
歯ブラシによる適度な機械的刺激（ブラッシング）をうけないでいると唾液の分泌量が減少し、免疫力が低下してしまいます。

無歯顎の人の口腔ケアの手順

1・必要な道具

入れ歯を外した状態の口腔内は柔らかい口腔粘膜だけになっています。通常の歯ブラシでは刺激が強すぎるため粘膜を傷つける可能性があります。歯ブラシを使用する際は柔らかい毛のブラシを選びましょう。スポンジブラシや口腔清拭シートも有効です。
舌は舌ブラシや歯ブラシの腹をつかって清掃するのも有効です。

2・ケアを行う前の確認

口腔内が乾燥していると傷がつきやすいだけでなく汚れが落ちにくい状況となっています。
清掃前にうがいできる人はうがいを行い、うがいができない人は保湿ジェルを用いて湿潤させてからケアを行いましょう。

3・粘膜の清掃

水で湿らせたスポンジブラシや口腔ケア用ウエットシートを使って頬の内側、口腔前庭をマッサージするように全体を清拭していきます。舌は舌ブラシを用いて後ろから前にむかって動かしましょう。やりすぎると舌を傷つけてしまうため1回清掃で10回程度におさめるといいでしょう。

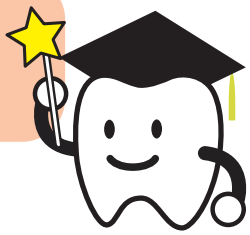
義歯の清掃だけを行い口腔粘膜の清掃を忘れてしまいがちです。
細菌の繁殖による健康への悪影響や入れ歯が入れられなくなるような口腔内環境の悪化を招く恐れがあります。
無歯顎の人にも口腔清掃が必要であることを認識し、健康でいられるようにしましょう。

歯科医師　高井

口腔バイオフィルム感染症とは？

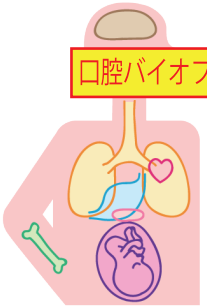
2022 年 4 月に新しい病名として登録されました

バイオフィルムとは微生物の集合体の事です。
口腔内の細菌の塊である歯垢（プラーク）はバイオフィルムの典型例です。
虫歯・歯周病・口内炎・舌炎も口腔バイオフィルム感染症の 1 つです。



バイオフィルムは全身の病気を引き起こすことがある

バイオフィルムの細菌が呼吸器に入ると肺炎を起こしたり、ウイルスの体内侵入の手助けをします。
歯周病・口内の汚れなどで出血した歯肉の血管から体内に入り込むと、心筋梗塞をおこすこともあります。



- 呼吸器感染症
  誤嚥性肺炎・インフルエンザ
- 菌血症
- 腎炎
  糸球体腎炎・IgA 腎症
- 心筋梗塞
- 関節炎
- 骨粗しょう症
- 細菌性心内膜炎
- 胃疾患
- 皮膚疾患
- メタボリックシンドローム
  肥満・糖尿病
- 敗血症
- 妊娠トラブル
  早産・低出生体重児

細菌数値を測定し口腔内の環境をチェックしよう

検査時間はおよそ 1 分

誘電泳動インピーダンス計測（DEPIM 法）という方法にて口内細菌の量を測定

口腔内細菌カウンタ

口腔内の虫歯菌や歯周病菌の数を測定します。
細菌の数によってレベルが 7 段階に分かれており
レベルに合わせて歯磨き指導やクリーニングを行います。

レベル 1	レベル 2	レベル 3	レベル 4	レベル 5	レベル 6	レベル 7
10万個未満	10万～100万個未満	100万～316万個未満	316万～1000万個未満	1000万～3160万個未満	3160万～1億個未満	1億個以上

お口の細菌の様子を確認し、歯周病の治療・予防のみならず
全身の健康の窓口チェックとして有効であると考えられます。

大網歯科医院
〒299-3236
千葉県大網白里市みやこ野 2-2-1
TEL　0475-72-6480
FAX　0475-72-8059

（訪問）
TEL　0475-73-6480
FAX　0475-53-6982

片貝デンタルクリニック
〒283-0104
千葉県山武郡九十九里町 2380
TEL　0475-70-7171
FAX　0475-76-4888

（訪問）
TEL　0475-76-8201
FAX　0475-71-3472

おゆみ野総合歯科クリニック
〒266-0031
千葉県千葉市緑区おゆみ野 4-3-9
TEL　043-300-3939
FAX　043-300-3940

（訪問）
TEL　043-300-3600
FAX　043-300-3700