

# 周術期と歯科の関わり

# こあら新聞

第50号

担当 長澤 優香

はじめに



最近、医科にて治療を受ける際に、歯科を受診し治療してからのほうがよいと紹介を受ける方が増えてきました。その中で、「周術期の口腔管理」という言葉を耳にしますが、なぜ口腔管理が推奨されているのでしょうか。以前のこあら新聞でも掲載していますが、超高齢社会の今、病気に罹患するとともに誤嚥性肺炎による死者数が増加していることが背景にあります。これらは口腔ケアを行い、管理をすることによって予防できる疾患です。また、全身の疾患を治療していく上で成功につながる例も報告されてきました。

今回はどのような口腔管理を行った方がよいのかをご紹介します。

## ❁周術期の口腔管理❁

はじめに、誤嚥性肺炎をおさらいすると、口腔内に常在する菌が増殖し誤って気道に流れ込み、肺炎が起きることを言います。嚥下を司る筋肉の衰えや嚥下をする際の口腔周囲の連動がうまくいかないことで起こるため、加齢とともに危険は増加します。

その中でもリスクが高いのは、がん・糖尿病等の治療をする際に免疫が落ちて易感染の状態になっている方です。医科から紹介をされる理由として、心疾患等の全身麻酔による手術を行う場合や放射線治療、化学療法などの周術期の口腔管理として依頼される等が挙げられます。

理想的な治療の流れとしては、

1. 疾患による手術や放射線、化学療法等の治療が必要な際に医科の方で治療のスケジュールを連絡いただく。
2. 術前に感染のリスクを減らすため、菌のクリーニングやむし歯等の治療、セルフケアの指導等を行う。
3. 治療中の口腔機能の変化や口腔粘膜炎など、状態に合

わせて治療を行う。

1. 術後も口腔内外の変化に合わせて口腔管理を行っていく。

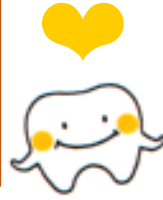
このように、全身の状態を把握した上で治療開始前から継続して口腔管理を行います。誤嚥性肺炎などの感染症のリスクを減らし、治療をスムーズに行うためのお手伝いができればと考えています。

## ❁口腔管理の内容❁

先ほど記載しましたが、口腔管理を行うにあたって歯の治療は1日や2日では終わりません。歯周病の治療として菌のクリーニングや、むし歯や根の病巣の治療もあります。また、手術を行う際の送管で、ぐらついた歯があると接触した際に抜ける等の事故が起こりやすくなるため、抜歯の必要がある場合があります。その他にも、入れ歯の新製等を行って食事ができることは、リハビリ等にとっても望ましいため、全身の治療の計画に歯科の治療も含めていただけたらと思います。

一般の歯科診療所としては上記の治療が主になりますが、その他にも口腔清掃を中心とし感染予防を目的

とした器質的口腔ケア、口腔機能の維持・向上のリハビリを目的とした機能的口腔ケアがあります。機能的口腔ケアには摂食・嚥下の訓練法として、「パ・タ・カ・ラ」という発音をすることで口腔周囲の筋肉を鍛える方法や、唾液を出しやすくする唾液腺マッサージ、嚥下体操などのご自宅で手軽に行える方法もあります。疾患の有無にかかわらず、嚥下をするための口腔機能の低下によるむせを改善できる可能性があるのです。ぜひやってみてはいかがでしょうか。



**\*「パ・タ・カ・ラ」体操とは…**

「パ」「タ」「カ」「ラ」と発音しながら、お口をすぼめる、舌先が裏板まで触れるのを意識して行うなど口腔周囲の筋肉全体を動かす体操です。噛む力や嚥下の機能の維持・向上を目的としています。

**\*唾液腺マッサージとは…**

大唾液腺という主に唾液を分泌する部分を優しくマッサージする方法です。耳下腺は耳たぶのやや前方を、両手の指全体で円を描くように動かしましょう。

顎下腺は顎の骨の内側部分を、耳の下あたりから顎の先まで指で優しく押してください。耳下腺は顎先の少し内側の部分（舌下のあたり）にあります。両手の親指を揃えてゆっくりグーツと押してください。これらは五〜十回位を目標にしてみてください。



※その他に「あ」「い」「う」「べ」体操」という舌とフェイスラインの筋肉を鍛える体操もあります。「あ」「い」「う」とお口の筋肉を伸ばすように大きく動かして最後に「べ」と舌を先端まで伸ばすように動かします。この動作を一セットとし、連続して十回行うことでアンチエイジングの効果があると言われています。



**★スタッフの広場**

**こあら先生より一言**

やりたい放題の安倍政権にはうんざりですが、ちょっとは期待した小池新党にもがっかり、救世主不在です。

毎年この時期になると父が趣味で作っている里芋が大活躍します。今週も友達ファミリーと芋煮会します。吉田

普段そっけない愛猫がぐっついてきてくれる嬉しい季節がやってきました。寒い時期限定の喜びをかみしめます。堀

先日、友人と芋煮会をして秋を感じたと思ったら、早くて冬の寒さに…今から雪かきの心配している毎日です(泣) 阿部

10月から入りました！皆さんに早く顔を覚えて頂けるように頑張りますので、よろしくお願いします。 會田

食欲の秋ですね！最近食べ過ぎることが多いので気をつけようと思います(笑) 長澤

現在日本の平均寿命は延びていますがその反面、寝たきりになっていない健康寿命の方はまだまだ低いのが現状です。施設等で寝たきりとなり、誤嚥性肺炎で亡くなっている方の口腔管理、がんなどの病気の治療を成功させるための周術期の口腔管理、双方が大切です。改めて全身の疾患と口腔との関わりについて知っていただけたらと思います。



**＊おわりに＊**

