



つなぐ  
tsunagu

シーサイド病院・介護医療院

福岡市西区今津3810番地

TEL：092-806-7171

FAX：092-806-5021



# 摂食嚥下チーム始動



口腔ケアの様子

近年、摂食嚥下障害への関心が高まっています。管を使った栄養摂取を避けて、自然なまま最期を迎えたいと希望する患者さんも増えてきました。

しかし、最後まで口から食事をしたいと望んでも、それはなかなか実現が難しいものでもあります。

摂食嚥下障害はさまざまな原因で起こるため、対応するには多職種による共同作業が必要となります。

シーサイド病院では、今までも、できる限り摂食嚥下障害のある患者さんに様々なアプローチを個別に実施してきましたが、それには限界があり、なかなか前に進めないことも多くありました。

そこで、患者さんにとって、より良い療養環境を作るための努力として、摂食嚥下障害をもつ患者さんへの対応を強化することとし、その最初の取り組みとして杉崎院長をトップとする摂食嚥下支援委員会を立ち上げました。

委員会には医師・看護師をはじめ、歯科医師・言語聴覚士・作業療法士・理学療法士・歯科衛生士・管理栄養士・介護福祉士・事務職など、様々な職種が参加しています。

委員会の最初の目標は、摂食嚥下障害を持つ患者さんを正確に評価する体制を作ることとなりました。

食べる機能の評価は、様々な専門領域の見識を必要とします。それぞれの専門職が評価した情報を総合的に分析し、実際の食事に生かすことが重要な委員会の役割となります。

広報誌「tsunagu」では、連載にて摂食嚥下支援委員会の活動を紹介していきますので、どうぞよろしくお願いたします。

医療法人永寿会

摂食嚥下支援センター長

陵北病院 副院長 阪口 英夫



(右から) 杉崎院長・阪口歯科医師・原口歯科医師

# 歯みがきのススメ ～歯ブラシの種類と選び方～



## 歯ブラシ選びのポイント

### ①. 毛の硬さ

「ふつう」「やわらかめ」「かため」の3種類

「ふつう」

一般的なかたさ  
健康な歯ぐきの人向け

「やわらかめ」

歯周病などで歯ぐきが弱っているや出血  
しやすい人向け

「かため」

汚れが落ちやすい反面、力が強いと歯ぐき  
や歯を傷つけたりするので注意が必要  
力の入れすぎには注意

### ②. ブラシの形状

ブラシ1本1本の毛先の形は

「ラウンドカット」「極細」の2種類

「ラウンドカット」

一般的な歯ブラシは、コレ  
毛先を丸く加工したもので、歯ぐきを傷つけにくく、  
表面の歯垢を効率よく除去できるのが特徴

「極細」

先端に向かって細くなっているのが特徴  
歯と歯の間や、歯と歯ぐきの上に毛が届きやすく、  
歯周病ケアをしたい方におすすめ



歯間ブラシの選び方も大切です。  
歯と歯の間より大きすぎるもの  
を使ってしまうと、隙間を広げ  
てしまうことに

シーサイド病院 歯科  
歯科衛生士 熊谷さおり

6月は虫歯予防週間  
お口の健康は、健康な身体  
の維持に必要なもの。  
健康な歯で健康な毎日を過  
ごしましょう。

みなさんは、毎日使用して  
いる歯ブラシをどのような基  
準で選んでいますか？  
歯ブラシの硬さは？ ブラシの  
形状は？ ヘッドの大きさ  
は？  
色々な種類の歯ブラシがあり  
ますが、自分の口腔内の状  
況に合った歯ブラシを使用す  
ることが歯を綺麗に磨く近  
道です。  
ぜひ、自分の口腔内に合った  
歯ブラシを選んで、いつた  
でも自分の歯で健康でいた  
だきたいです。

a ルシエロ・b ルシエロ・ピセラ) 柄がカーブして  
いてにぎりやすく、力がいれやすい/c ワンタフトブラ  
シ・h ORTHO SEVEN) ピンポイントで細かい所  
が磨けるもの。部分磨きに/d モアブラシ・f  
360°C PRO) 360度歯になっており口の中を傷つ  
けにくい。介護用にも/e DENTマキシマ・l 歯  
科医用歯ブラシ) ヘッドがコンパクトで奥歯も磨  
きやすい/g スポンジブラシ) スポンジ製の歯ブラ  
シ。残存歯がない方向け/j エラック) 大きなヘッ  
ドで柔らかい毛質。歯ぐき磨き用歯ブラシ/k GC  
舌フレッシュ) 舌磨き用歯ブラシ。口臭予防にも

### ③. ヘッドの大きさ

「ふつう」「コンパクト」「大きめ」の3種類

お口や歯の大きさも人それぞれ違うので、目安は  
上の前歯2本分

「ふつう」

細かく磨くのが苦手な人向け

「コンパクト」

歯並びが悪い人やヘッドが大きいと奥歯まで  
入らない人向け

「大きめ」

高齢者や歯ブラシを細かく動かすのが苦手な  
人向け