

感染委員会だより

特別養護老人ホーム オーキッド 感染委員会

10月は、ノロウイルス・インフルエンザについて全職員対象に研修を行いました。実際に吐物に見せかけた張手を床にまいて処理する実技を行いました。感染症が流行する季節となりますが、職員みんなで対策し利用者様を守っていきたいと思います。

今月のテーマは **口腔ケア!!**

口腔ケアで肺炎予防・義歯の取り扱い方・歯ブラシなどの選び方 使い方

肺炎予防のために口腔ケアを。と最近よく聞きますが、ではなぜ口腔ケアができていないと肺炎になるのでしょうか。肺炎は、臓器病やがんと同じように日本人にタリ死因の第3位です。1年間に約12万人が肺炎で亡くなっておりそのほとんどが65歳以上の高齢者です。特に高齢者が注意したい「誤嚥性肺炎」。これを口腔ケアで予防することができます。飲食物や唾液に含まれる細菌が肺に入り炎症を起す誤嚥性肺炎。誤嚥をしたから必ず肺炎になるのではなく、大量の細菌が入りこんだ場合や免疫力が低下した人になりやすい病気です。口腔ケアは、口腔内を清潔に保つことで免疫力アップ、肺炎予防に有効です。近年の研究では、口腔ケアをしっかり行う人と行わない人では、誤嚥性肺炎の発症率を40%減らした、インフルエンザの罹患率が10分の1だった、口の中や食道のがんになるリスクが低いなどが報告されています。

＜義歯の取り扱い方＞ **ポイント** お湯ではなく水で！流水下で！歯みがき粉分禁！！

- ① 義歯を外し水で洗います。義歯専用の洗剤があればなお良し。
- ② 落とすと割れます。高価なものなので、カーブスなどに受けること良し。
- ③ 普通の歯みがき粉は研磨剤が入っており、義歯を傷つけそこに汚れや菌がたまるので使わない。
- ④ 外した義歯には必ず「キレイな水」につける。ポリデンなどは2～3日に1回の使用で良いが水は必ず毎日変える！！

＜歯ブラシなどの選び方＞



・タフトブラシ・・・歯並びが悪いところや奥歯の奥、前歯のうら、抜けた歯のまわりなどみがきにくいところに。

・スポンジブラシ・・・口の粘膜を優しくケアするもの。高齢者の多くは粘膜が乾燥しやすいため、刺激でも痛く感じてしまうことが多い。スポンジブラシを水でしめらせて優しくケアして下さい。

・口腔ケアウェット・・・うがいが出ていない人など口腔内の汚れをぬぐい取ることができる。

・義歯用ブラシ・・・義歯のある方で「お持ちではないけれど一度購入を依頼してみたい」。普通の歯ブラシよりもみがきやすく作られています。

口腔ケアでわからないことがあれば、看護師または毎週月曜日に来られる「タニダ歯科」にも協力して下さいます。