

口腔ケア

高齢者のための残存歯と義歯の清掃法

山根 瞳 ●やまねひとみ

アポロ歯科衛生士専門学校校長

高齢者の口腔内

老年者の口腔内は老化のためばかりでなく、長年の生活習慣や口腔疾患の結果として次のようなことがみられる。

①歯質や歯の欠損が生じ、充填物や、補綴物（義歯など）が装着されているが、なかには破損したり、適合性のよくないものもある。また欠損補綴がなされていなければ、歯の傾斜、挺出、咬合異常を起こしている。

②歯周疾患すなわち歯肉の発赤、腫脹がみられ、その結果として歯根の露出、歯間空隙の拡大、歯の動揺をきたし、さらに

は隣接面や歯頸部（歯肉に接する所）がう蝕に罹患したり、残根となっていることも多い（図①）。

③唾液の分泌が減少し、自浄作用が低下する。また、残存歯の減少や、義歯の装着により軟らかい、糖質を主体とした食事に偏りがちなため、食物による清掃も期待しがたい。

④昔からの習慣としての「歯磨き」は汚れを完全に落とせなかったり、欠損の多い口腔内には適さなかったりするため、歯石だけでなく多量のプラークや食物残渣がしばしば付着している（図②）。

これらの変化が種々組み合わせられるため、老年者の口腔状態は個人により極め

て変異が大である。したがって老年者の口腔ケアはこうすればよいと一概にはいえない。

社会的な活動が少なくなり、家に籠りがちになったり、入院すると身だしなみにも配慮しなくなるのと同様に、口腔清掃にも無関心になりやすい。入院時歯ブラシを持ってこなかったのを機会に歯を磨かなくなることもある。

しかしながら、早く元気になりたいという気持ちは若い人以上に強い。おいしく食べて元気になるためにも口腔清掃が大切であると勧めたい。

図①——老年者の口腔内Ⅰ



プラークの沈着が著明で、歯頸部からのう蝕により残根となっている。歯肉の炎症もみられる

図②——老年者の口腔内Ⅱ



プラークは自分の歯だけではなく、義歯にも沈着している

図③——ブラッシング法



全く方法を変えるのではなく、磨けていないところは縦磨きなどを追加するとよい（右片麻痺の患者）

図④——歯間ブラシの使用



隙間の幅にあった太さの歯間ブラシを用いる。図は両顎で太さの異なるブラシをつけている