

# 2024年度 報酬改定対応 口腔機能向上加算 算定セット

## <算定促進ツール・研修資料>

### 目次

#### ◆各種パンフレット等

ケアマネジャーへ .....	2
ご利用者・ご家族へ .....	3

#### ◆スタッフ研修用資料

口腔ケア .....	6
口腔トレーニング.....	21
BOSSトレーニング .....	34

# 各種パンフレット等

ケアマネジャーへ .....	2
ご利用者・ご家族へ .....	3

# 口の状態をチェックしてみましょう

下のチェックシートを使って、ご自宅での様子や口の状態を確認しましょう。

チェック項目	あてはまるものに○	
① 固いものが食べにくい	はい	いいえ
② お茶や汁物などでむせることがある	はい	いいえ
③ 口が乾きやすい	はい	いいえ
④ 薬が飲みにくくなった	はい	いいえ
⑤ 話すときに舌がひっかかる	はい	いいえ
⑥ 口臭が気になる	はい	いいえ
⑦ 食事にかかる時間が長くなった	はい	いいえ
⑧ 薄味が分かりにくくなった	はい	いいえ
⑨ 食べこぼしがある	はい	いいえ
⑩ 食後に口の中に食べ物が残りやすい	はい	いいえ
⑪ 自分の歯または義歯で、左右の奥歯をしっかりとかみしめられる	どちらでもない 両方できる	片方だけできる

チェックし終わったら、事業所に持ってきていただき、職員に渡してください。  
歯や口の中などが痛む場合は、歯科医師の診察を受けましょう。

# スタッフ研修資料

口腔ケア .....	6
口腔トレーニング .....	21
BOSSトレーニング .....	34

# 口腔ケア

1. アセスメントと口腔ケアの手順 ..... 7
2. 入れ歯のアセスメントと取り扱い ..... 14
3. 部分入れ歯の洗浄方法と残っている歯の手入れ ..... 18
4. 総入れ歯の素材と洗浄方法 ..... 20

# 1. アセスメントと口腔ケアの手順

口には、「食べる」「呼吸する」「話す」「表情を作る」などの役割があります。口腔機能が低下すると、これらが難しくなり、QOLの低下につながります。

また、口腔内には常に細菌がいるため、口腔内を清潔に保ち、細菌の数を減らすことで、だ液を誤嚥したときの肺炎リスクを抑えることができます。

## (1) 口腔内の観察とアセスメント

QOLを維持し、全身の健康を保つために、まずは基本的な口腔ケアに取り組みましょう。

ケアを始める前に、口腔内の観察とアセスメントを行います。

### 【口腔内の観察ポイント】

#### 上あご

痰や痰が固まったものが付いていないか

#### 粘膜

口内炎、口角炎などがないか、乾燥していないか

#### 歯

虫歯がないか、歯がグラグラしていないか、食べかすが残っていないか、下図の赤い部分に汚れがたまっていないか

#### 歯茎

腫れていないか、出血していないか

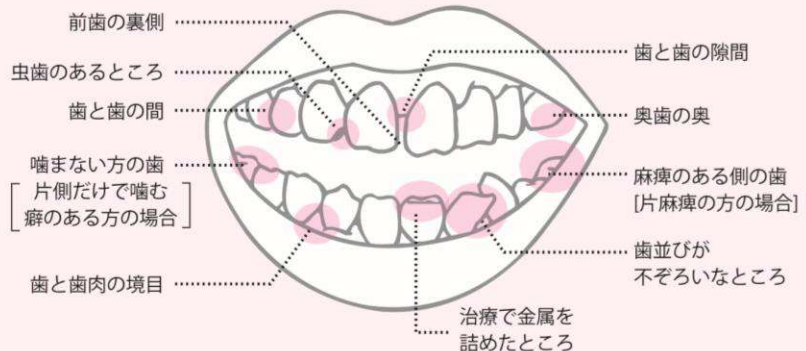
#### 舌

舌苔ぜったい（舌の汚れ）が付いていないか

#### 入れ歯

汚れていないか、歯・口の形に合っているか

#### 汚れがたまりやすい場所



口腔内・口腔ケアリスクのアセスメントは、以下のような様式を用いるとよいでしょう。

氏名： \_\_\_\_\_ 様 記入日：令和 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日  
記入者： \_\_\_\_\_

「口腔内」のアセスメント						
口腔内の汚れ		なし		少し	多い	
舌の汚れ		なし		少し	多い	
口臭		なし		少し	きつい	
口腔内の乾燥		なし		少し	ひどい	
歯茎の腫れ		なし		少し	ひどい	
かみ合わせ		良い			悪い	
入れ歯	上あご	なし	あり	ゆるみ	なし	あり
				痛み	なし	あり
				汚れ	なし	少し
	下あご	なし	あり	ゆるみ	なし	あり
				痛み	なし	あり
				汚れ	なし	少し
その他						

「口腔ケアリスク」のアセスメント				
口腔ケアの自立 口腔ケアの拒否	日常の口腔ケア	自立	一部介助	全介助
	口腔ケアの拒否	ない	時々ある	いつもある
	拒否の理由・症状	意識障害	くいしばり	認知症
		意思による拒否	過敏症状	その他（ ）
	口腔ケアの自発性	ない	時々ある	いつもある
入れ歯の着脱	できる	できない・しない	入れ歯なし	
口腔ケアに 対するリスク	経管栄養チューブ	ない	ある → □胃ろう □経鼻	
	座位保持	可能	困難	不可能
	頸部可動性	十分	不十分	不可
	開口保持	可能	困難	不可能
	うがい	可能	困難	不可能
	むせ	なし	ときどき	頻繁に

## Check

### 〔 歯科衛生士からのワンポイントアドバイス 〕

入れ歯がある人の場合、①入れ歯単体の写真、②入れ歯をつけた口腔内の写真、③入れ歯を外した写真を撮りましょう。口腔内や入れ歯の変化などに気づくための資料になります。

口腔内の写真は、本人の同意を得た上で、一人が口を開けた口腔内をライトで照らしもう一人が撮影するとよいでしょう。



## (2)口腔ケアの手順と方法

人前で口を開けたり、入れ歯を着脱することを恥ずかしいと思う人は多くいます。また、口腔ケアの際、「指で口角を横に引っ張る」「口腔前庭(歯茎と唇・頬粘膜の間)を触る」「口唇を指で挟み引っ張る」という行為は、痛みの原因になるため、行わないようにしましょう。口腔ケアを行う際は、プライバシーに配慮し、痛みのないケアを行うことが大切です。

### 【口腔ケアの際に気を付けるポイント】

ご自身できちんと口腔ケアができていると思われる利用者も、うまくできていないことが多く、不衛生な状態になっていることがあります。「自分で口腔ケアをしている＝口腔ケアが自立している」ではないことを意識し、必要に応じて介助者が介入していきましょう。

#### 自立支援

まず、本人の自立度を見極めることが大切です。できるだけ自立で口腔ケアが行えるよう、用具や環境を整備・工夫します。自力で行えるようになると、それが自信となり、満足度や達成感につながります。本人の自尊心に気を配りながら、必要最小限のサポートを心掛けましょう。

#### 短時間で終わらせる

口の中を見られることや、他人に歯を磨いてもらうことを不快に感じる人もいます。無理強いをせず、短時間で口腔ケアを終わらせることが大切です。できるだけリラックスした状態で行えるように、声かけやケアの手順などを工夫しましょう。

#### 誤嚥に気を付ける

口腔ケアの際、安全面で一番気を付けなければいけないことは誤嚥です。体の傾きをなくす、あごをしっかり引いてもらうなど、安全な姿勢を整えてから始めましょう。

#### 口腔内の様子をチェックする

ケアをしながら口腔内の健康状態をチェックすることも大切です。歯茎の腫れや虫歯など、何か問題や異常が見られるようであれば、ご家族やケアマネジャーにも伝えましょう。また、職員間で情報を共有し、ケアの統一を図ることが重要です。



## 【口腔ケアの手順と方法】

事前準備

### 必要な物品を準備する

口腔ケアを実施する前に必要な物品を準備しましょう。

<個人で用意(購入)する物(例)>



歯ブラシ



タフトブラシ



歯間ブラシ



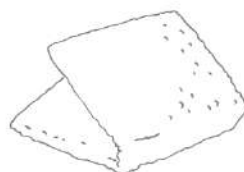
フロス(糸ようじ)



舌ブラシ

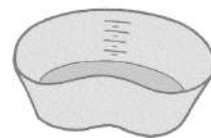


スポンジブラシ



タオル

<デイ側で用意する物>



ガーグルベース  
※必要な方のみ

### 【物品の選び方・使い方】

- ・高齢者の多くは、虫歯や歯周病が進行し、歯や歯茎が過敏になっています。そのため、歯ブラシは柔らかいものを選びましょう。
- ・歯ブラシは毛先が広がっていたり、1ヶ月以上使っている場合は、新しいものに交換しましょう。
- ・タフトブラシは、歯のかみ合わせ部分や、歯ブラシが届きにくい一番奥の部分、残根(根だけが残っている歯)などに使いましょう。
- ・歯間を掃除する際は、歯間ブラシやフロスを使いましょう。歯間ブラシにはさまざまなタイプがあります。適切なサイズを選びましょう。
- ・フロスは歯の側面に沿わせて出し入れしましょう。

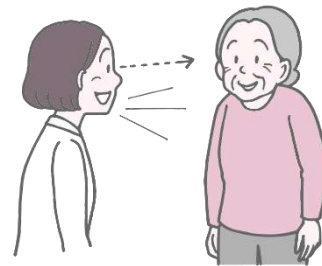
### 【口腔ケアの意味や効果を理解してもらう】

口腔ケアを実施する前には、口腔ケアの意味や効果を説明して、理解してもらうことが大切です。口腔ケアを行うことで、口の中の粘膜や口腔周囲筋を刺激し、だ液の分泌を促したり、虫歯や歯周病を防ぐなど、口腔機能の向上につながることを説明しましょう。

# 1 口腔ケアを行う前に体調などを確認する

以下の項目を確認しましょう。

- ・顔色が悪くないか
- ・口唇・口腔内に傷や炎症がないか
- ・口唇・口腔内が乾燥していないか など



口唇・口腔内が乾燥している場合は、水・ワセリン・ジェルなどを使い保湿しましょう

# 2 義歯の汚れを落とす

義歯の着脱時には、痛みが出ないように気を付けましょう。義歯は繊細で傷付きやすいため、義歯用の洗浄剤を使って磨きます。ぬめりのある部分やクラスの部分を念入りに磨きましょう。



# 3 歯の汚れを落とす

## ①うがいをする

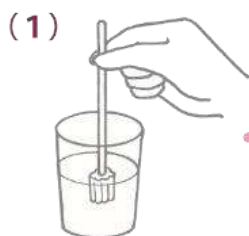
「うがいをしましょう」と声かけをすると、ガラガラうがいをする方がいます。「ブクブクうがいをしましょう」「口をゆすぎましょう」など、具体的な動作を説明する声かけをしましょう。うがいが難しい方は、以下の手順で介助します。

### 口腔ケアが

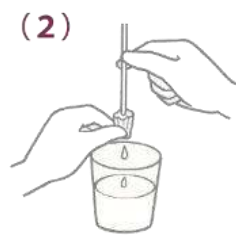
#### 自立している方への声かけ

- ・歯と歯の間を磨きましたか？
- ・歯のつけ根部分を磨きましたか？
- ・奥歯を磨きましたか？
- ・歯の噛み合わせ部分を磨きましたか？
- ・端から順に磨きましたか？

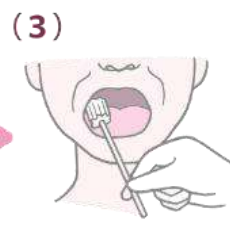
ブクブクうがいが難しい場合には、スポンジブラシや口腔内用のウェットティッシュなどでケアをします。スポンジブラシを使う場合、口腔内がきれいになるまで、以下の手順を繰り返しましょう。



(1) スポンジ部分を水または洗口剤などに浸して湿らせる



(2) しずくが垂れないよう、軽く絞る



(3) 残渣を絡め取るように、スポンジを回転させながら粘膜を拭き取る



(4) スポンジブラシに付いた汚れをペーパータオルなどで拭き取り、水ですすぐ(すすぎ洗い専用のカップを別途用意しておく)