

前回より続いて、高齢者の口臭の原因と対策です。

③ 歯周病

歯周病は、歯の周囲の歯肉と、歯を支える骨の疾患です。歯みがきが十分でないと、歯と歯の間や、歯と歯肉の境に歯垢が附着し、さらに歯石となって沈着します。

歯垢のほとんどは細菌で、歯みがきで取り残された歯垢や歯石が蓄積されると、

細菌の出す毒素によって歯肉が炎症を起こします。さらに放置

すると、炎症は歯肉溝の深部まで及んで、骨が破壊されます。その結果、歯肉から血や膿が出るようになり、悪臭を発することになります（写真1）。

とくに高齢者では、痛みやはれがなくても高度に進行していることが多く、歯と歯のすき間が大きくなって、食べかすがたまりやすい環境になっています。

歯周病による口臭の対策は、食

べかすや歯垢を効率よく取り除くことです。歯と歯肉の境界部は小さい歯ブラシで、とくにはれや発赤のある場合は、柔らかめの歯ブラシを使ってください。歯と歯の間は、歯間ブラシやフロス（糸ようじ）などを併用すると効果的です。

ただし、歯周病も軽度の場合は

通常の口腔ケアで改善されますが、ある程度進行すると歯科医師による専門的治療が必要となります。

④ 入れ歯

入れ歯は樹脂（プラスチック）でできており、吸水性があります。このために口の中にあるときは、唾液成分や細菌が入れ歯に浸みこむ状態にあり、長く使えば使うほ

介護保険と口腔ケア(5)

高齢者の口臭の原因と対策(3)

ど悪臭を発するようになります。

とくに高齢者は入れ歯の装着率が高く、入れ歯による口臭も少なくありません（写真2）。

入れ歯による口臭の対策は、毎食後、入れ歯専用ブラシを使って、いいいに洗うことが必要です。それでも入れ歯の材料の性質上、わずかながら浸みこむので、夜間就寝中は入れ歯洗浄剤をとかした水の中につけてください。

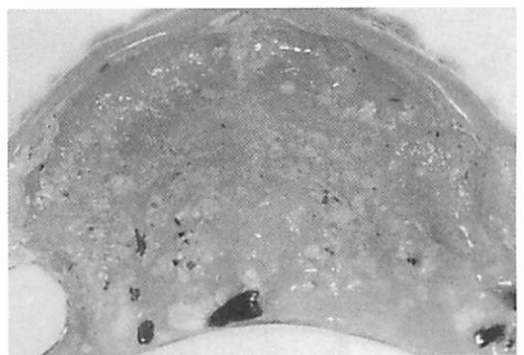


写真2 口臭の原因となる入れ歯に付着した食物の残りが付着・歯垢・歯石

さらに、このような入れ歯のケアは、要介護高齢者に重大な影響を及ぼす、義歯性口内炎や嚙下性肺炎の原因菌であるカンジダと呼ばれる真菌を増えないようにするために、効果的です。

また、意外と見過ごされやすいのが、小さな部分床入れ歯の場合で、口の中に入れたままで歯みがきが行われていることがあります。必ずはずして、入れ歯本体も残っている歯も清掃してください。

徳島県歯科医師会

口腔ケア支援センター

担当理事 佐藤 修扇

(088) 631-3977