

今回は、慢性関節リウマチの二回目として、口腔ケアの意義と方法について考えてみます。

口腔ケアの目的は、口の中を清潔に保って虫歯や歯周病を予防することですが、慢性関節リウマチの方においては、ステロイド剤の使用や口腔清掃不良による重度の感染症を予防するため、口腔ケアが一層重要となります。

さらに、ADL（日常生活動作）の維持のためにも、リハビリテーションの一端として口腔ケアを取り入れることが、自分自身の口腔ケアへの動

機付けにもつながります。

しかし、手指関節の変形・拘縮等による自分自身での口腔ケアが困難な場合が多く見られます。そこで、歯ブラシ等の清掃器具の工夫によって対応します。普通の歯ブラシでは、手指の変形と筋力低下により、うまく握れ

ない場合があります（写真1）。

電動歯ブラシは有効な方もいますが、重すぎて持てないこともあります（写真2）。高齢者用に作られた小さめの歯ブラシの柄をゴムチューブで太くすると、うまく握れるようになりました（写真3）。

## 慢性関節リウマチ(2)

### 介護保険特定疾患別口腔ケア(2)

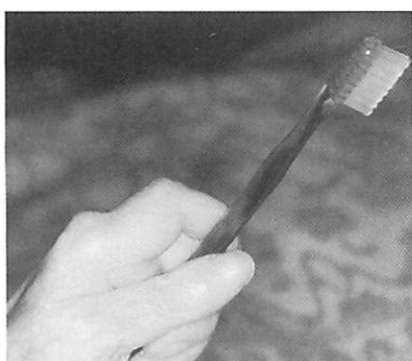


写真1 普通の成人用歯ブラシでは、うまく握れない

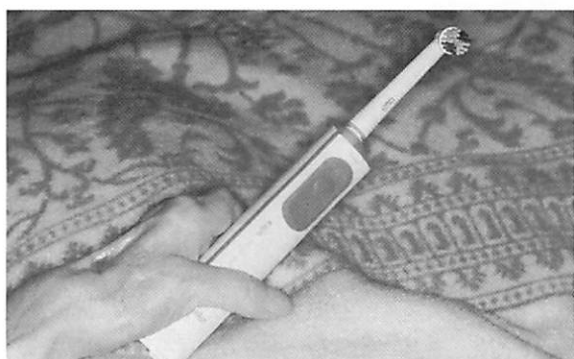


写真2 電動歯ブラシは、重すぎて持てない場合もある



写真3 小さめの歯ブラシの柄を太くすると、うまく握れるようになった

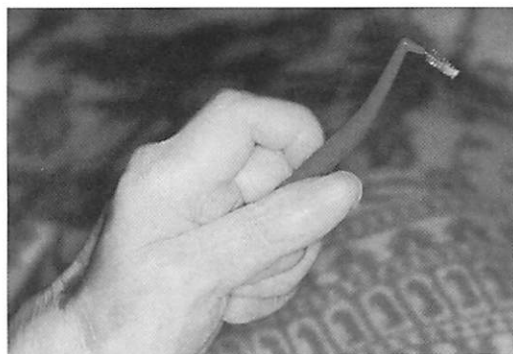


写真4 歯間ブラシは軽いので、指先だけでしっかり把持できた

歯間ブラシは軽いので指先だけでしっかり把持できて、疲れずに清掃できました（写真4）。

以上のように、リウマチの症状にあわせて清掃器具を選択・改良して、自ら口腔ケアができるような工夫をすることが大切です。

しかしながら、自身による口腔ケアだけでは十分といえず、やはり介護者による仕上げ磨きと歯科医師・歯科衛生士による定期的な管理指導は欠かせません。

徳島県歯科医師会

口腔ケア支援センター

担当理事 佐藤 修斎

(088) 631-3977