

# 「しん」の口腔機能向上！

「しん」では、積極的に「口腔機能の向上」に努めています。その考え方を以下に示します。

## ポイント1

口腔機能には単に歯磨きの面だけではなく、

摂食（食べること）のために、「咀嚼（噛むこと）」や「嚥下（飲み込むこと）」も含まれます。

その咀嚼（噛むこと）には、「唾液」がとても重要ですが、その唾液には以下のような重要な役割があります。



＜唾液の役割＞

- 消化作用
- 嚥下（飲み込むこと）の補助
- 殺菌作用
- 口腔粘膜の保護 など

このような重要な役割がある「唾液」なのに、もし、咀嚼（噛むこと）の力が弱いと、分泌されにくくなります。

それは、

病気になりやすくなるということです。

高齢者の方はこれらの機能が弱って、誤って飲み込むことによる肺炎（誤嚥性肺炎）が起りやすくなります。口腔機能を高めることで、脳への刺激も高めながら、これらをしっかりと防ぎましょう！

## ポイント2

さらに、口腔機能には「話すこと」「呼吸をすること」が含まれます。

歯の配列が悪かったり抜けていたりしていると、円滑に話すことが困難になります。また、ポイント1に関連して、咀嚼や嚥下の機能が弱く、肺炎が起りやすい環境は呼吸力が弱いことを表します。



## ポイント3

ポイント1や2については、「口腔の運動」という別の見方もできます。

運動によって日常生活が行われることを考えると、そこには理学療法士と看護師、介護福祉士が一体となる意味が深まります。

また、口腔機能の低下によって臥床することになると、全身の運動機能も低下します。

よって、

**「口腔機能」と「運動機能」を一体化して考えることが「生活機能」を高める！**

というのが私たちの考えです。



理学療法士の知恵！

「首や肩の周りの筋肉をきちんと整えれば、口腔機能は向上する」。

◎8月からは訪問歯科協会と連携し、歯科医のチェックも導入します！