

第66回ことう地域チームケア研究会

高齢者のかみ合わせ・咀嚼機能の評価

ー口腔アセスメント用チェックシートの活用をめざしてー

R6.3.14

彦根歯科医師会 北村和也

健口チェックプロジェクト

<ねらい>

*医療福祉関係者が、



①気づく

医療福祉関係者が歯科・口腔に関するケア推進の重要性について理解を深め、**患者(利用者)の歯科の課題が抽出でき(異常に気づく)、多職種連携による適切な援助につながる**ことを目指す。

歯科・口腔への関心を高めるきっかけ、異常に気づき対応を考えるための一つの方法として、「**口腔アセスメント用チェックシート**」を活用してみましょう。

②つながる

歯科医師および歯科衛生士による専門的な治療・ケアが必要と思われる場合に、**歯科医療機関と他職種が連携することで、患者(利用者)に対して適切な歯科治療や日常的な口腔ケア・定期健診が継続して実施でき、「口腔トラブルが改善、予防できること」**を目指す。

歯科医療機関との連携を促進するために必要なしくみや関係性をつくっていきましょう。

*取組全体のイメージ



口腔アセスメント用チェックシート

・本人または家族等からの聞き取りや口腔内の観察によって、チェックをつけてください。

対象者名	
記入者名	
事業所名	
連絡先(TEL)	
記入日	令和 年 月 日

*かかりつけ歯科の有無(いずれかに☑)

- かかりつけ歯科、または以前受診した歯科医院等、相談できる
歯科医院がある (歯科医院名:)
- かかりつけ歯科がない

チェック項目	該当は ○印	メモ (部位・気づいたこと等)	多職種連携による援助の方向性と内容
1 最近1年間に、(誤嚥性)肺炎が原因で入院したことがある。			<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> ※毎日の口腔ケア </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> ※定期的な口腔管理(歯科健診を推奨) </div> ◎かかりつけ歯科に定期的に口腔内の状態を見てもらえるように勤めていきましょう。 ◎また、日常的な口腔ケアや口腔機能向上体操など、何らかの援助を行っても症状が気になる(悪くなっていく)場合や、日常生活に不具合が生じる場合には、本人・家族と相談し、早めに歯科医に相談しましょう。
2 最近3か月間に、食べにくくて食事にかかる時間が長くなった。			
3 お茶や汁物等でむせることがある。または、飲みみにくい。			
4 口の中に食べ残しがある。			
5 食べかす・プラーク(歯垢)がある。または、入れ歯が汚れている。			
6 歯みがき時などに出血する。			
7 舌苔(舌の汚れ)が付着している。			
8 口臭がある。			
9 日中、口の渇きが気になる。			
10 歯の痛みがある。(歯の痛みを訴える)			
11 冷たいもの、熱いものがしみる。			
12 グラグラする歯がある。			
13 入れ歯に不具合がある。 ①痛みがある ②外れやすい ③使えていない ④その他			

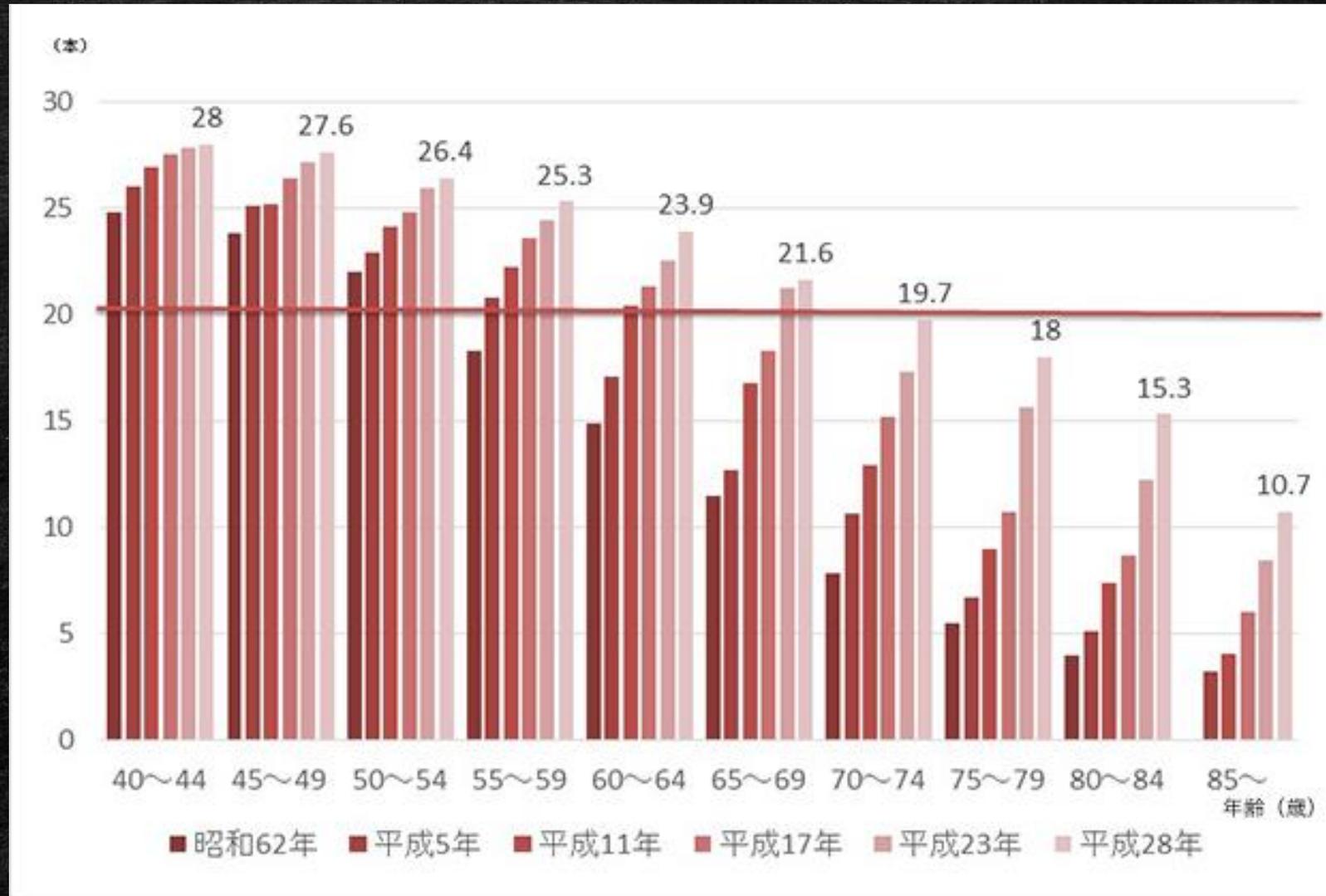
・歯科受診を希望する場合は、かかりつけ歯科医院にご相談ください。
 ・訪問歯科診療を希望される場合は、裏面フロー図で訪問歯科診療の対象となるかご確認ください。
 ・かかりつけ歯科医院が訪問歯科診療を実施していない場合は、「湖東地域歯科医療機関情報一覧(第4版)」を参考にしてください。
<http://www.pref.shiga.lg.jp/ippan/kenkou/ryouhukushi/kenkou/310886.html>

課題分析（アセスメント）に関する項目

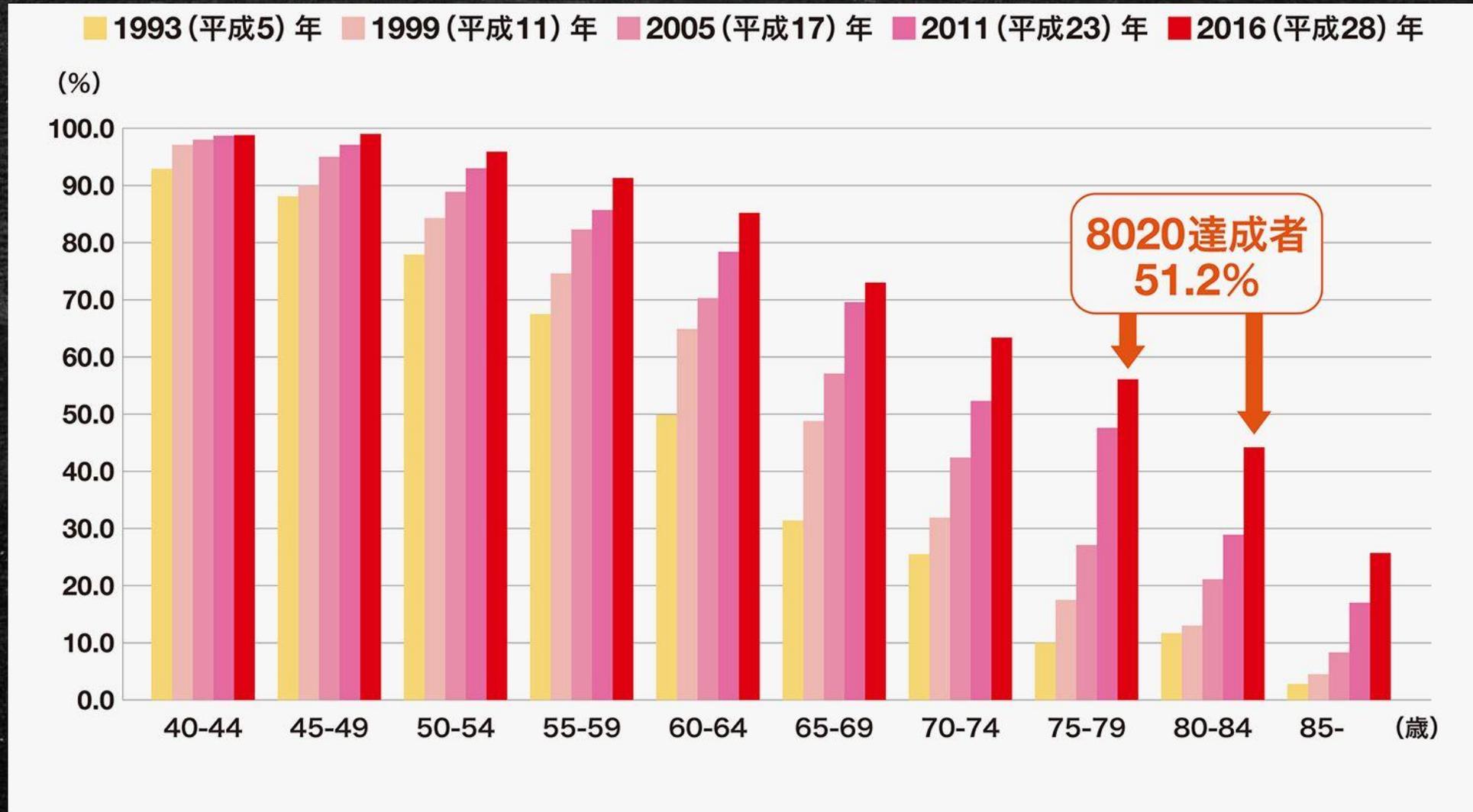
口腔内の状況

- ・歯の状態（歯の本数、欠損している歯の有無等）
- ・義歯の状況（義歯の有無、汚れ・破損の有無等）
- ・かみ合わせの状態
- ・口腔内の状態（歯の汚れ、舌苔・口臭の有無、
口腔乾燥の程度、腫れ・出血の有無等）
- ・口腔ケアの状況に関する項目

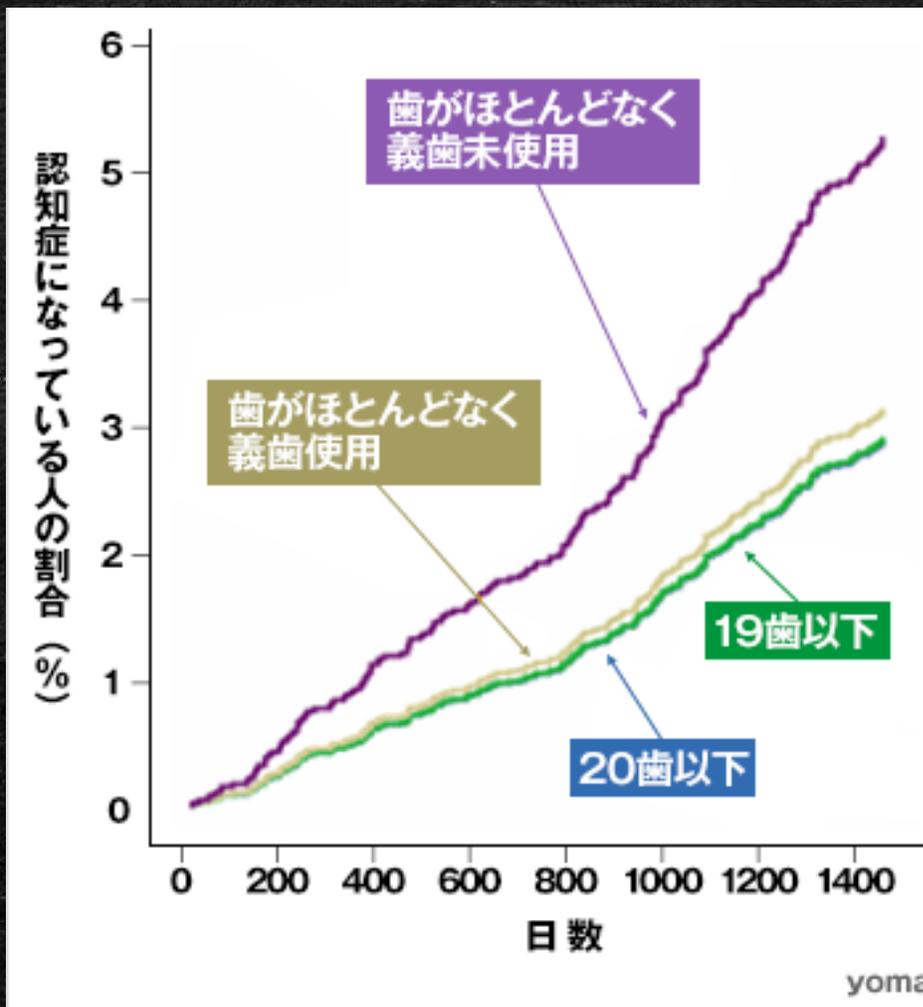
平均残存歯数



80歳で20本以上の歯を有する者の割合



「かみ合わせ」と認知症



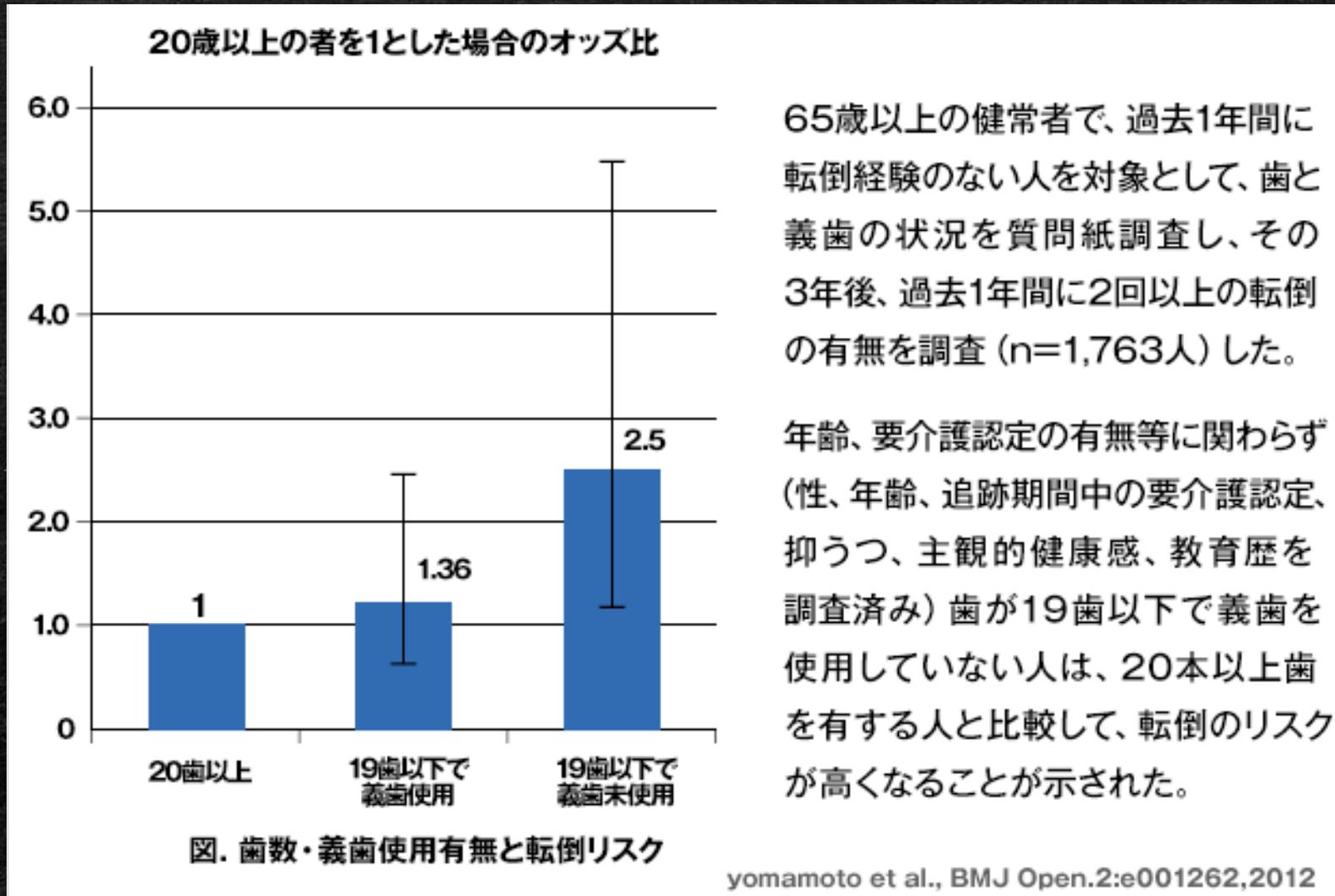
65歳以上の健常者を対象として、歯と義歯の状況を質問紙調査し、その後4年間、認知症の認定状況を追跡 (n=4,452名) した。

年齢、疾患の有無や生活習慣等に関わらず (年齢、所得、BMI、治療中疾患、飲酒、運動、物忘れの自覚の有無を調査済み) 歯が殆ど無く義歯を使用していない人は、20本以上歯を有する人と比較して、認知症発生のリスクが高くなることが示された。

yomamoto et al., Psychosomatic Medicine, 2012

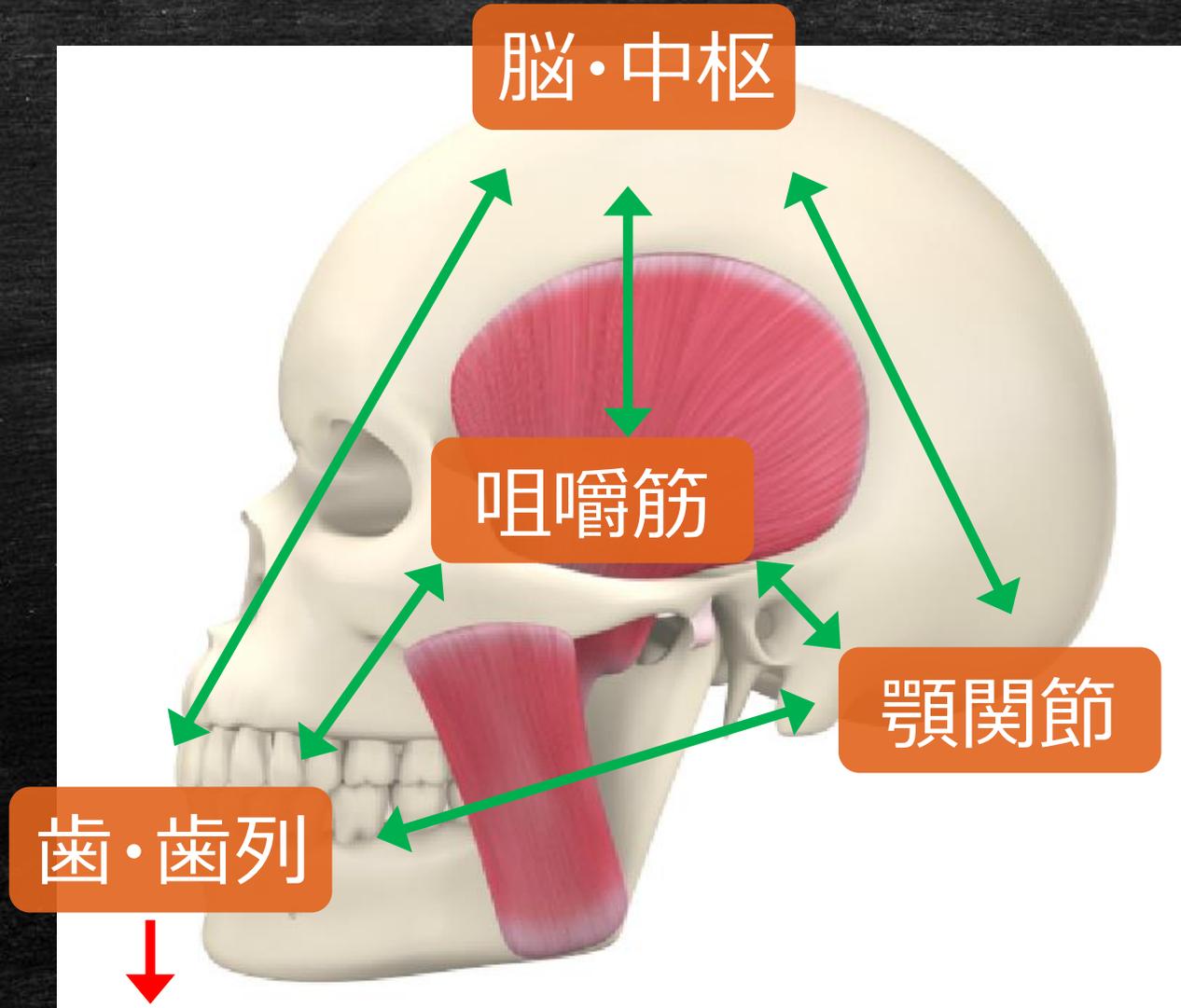
歯を失い、義歯を使用していない場合、認知症発症リスクが1,9倍に

「かみ合わせ」と転倒リスク



歯を失い、義歯を使用していない場合、転倒のリスクが2,5倍に

機能的咬合系（広義の「かみ合わせ」）



狭義の「かみ合わせ」



■ 歯の状態、咬合の状態

(デンチャー部位など記載欄)																		
PD					Br						PD							
△	△	△	△	△	△	○	Po		○	Po	○	△	△	△	△	△		
右	8	7	6	5	4	3	2	1		1	2	3	4	5	6	7	8	左
△	△	△	△	△	○	○	○	○	Po	○	○	Po	○	○	○	○	△	
(デンチャー部位など記載欄)																		
PD					Br													

歯式の記入にあたり用いる記号 (例)

健全 : /
 う蝕歯 : C (未処置歯)
 残歯根 : C₄
 処置歯 : ○ 喪失歯 : △
 義歯 : FD, PD
 インプラン : Im
 ポンティック : Po
 ※義歯、ブリッジ(Br)の詳細は欄外に記載

・ 現在歯数 [/ + C (C₄除く) + ○] (11 本) うち未処置歯数 (0 本) (・ 機能歯数※ (28 本))
 ※機能歯 = 現在歯 (/ + C (C₄除く) + ○) + 義歯 (FD, PD) + ポンティック (Po) + インプラント (Im)
 (歯冠があるものは対合歯がなくても機能歯とする。)

・ 義歯の部位 上顎 (総義歯・局部) 下顎 (総義歯・局部) インプラント (有・無)

・ 義歯の状況 有の場合、適合状況 (良好・義歯不適合・義歯破損)

・ 咬合状態 右側 (現在歯と現在歯 現在歯と義歯 義歯と義歯 なし)

左側 (現在歯と現在歯 現在歯と義歯 義歯と義歯 なし)

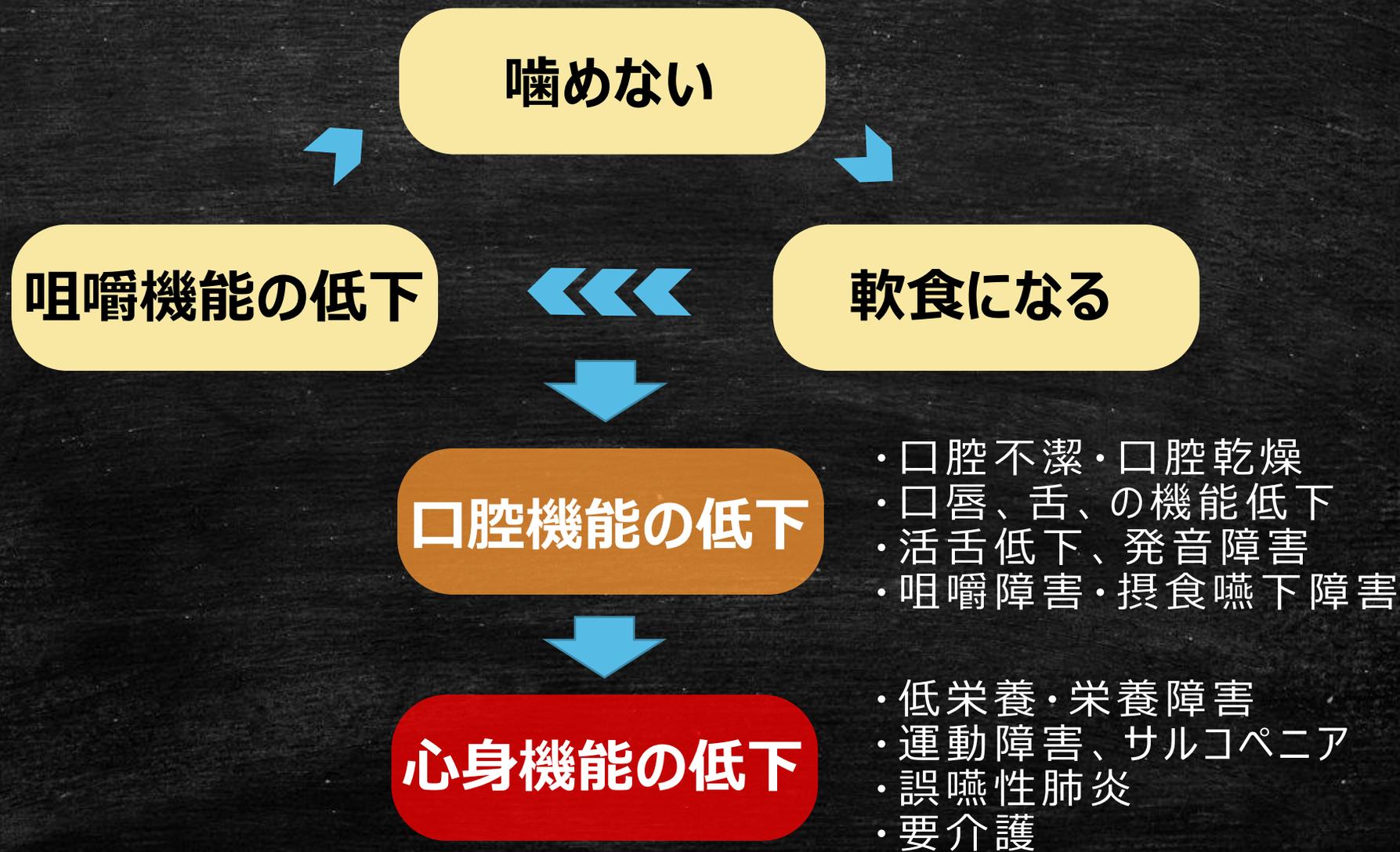
前歯 (現在歯と現在歯 現在歯と義歯 義歯と義歯 なし)

総合判定※ 良好・要注意 ()

※問診票 Q2、Q3、Q11 と口腔内所見 [咬合の状態] を参考に判定する

咬合状態
 複数該当する場合、
 複数の選択肢をチェック (✓)

「かみ合わせ」が悪いと・・・



口腔内を見ないで「かみ合わせ」を評価する方法

① 問診

	チェック項目	該当は ○印	メモ (部位・気づいたこと等)	多職種連携による援助の方向性と内容	
1	最近1年間に、(誤嚥性)肺炎が原因で入院したことがある。			<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; width: 45%;"> <p style="text-align: center;">※毎日の口腔ケア</p> <p>◆口腔機能向上体操 (飲み込む機能などの低下を予防する)</p> <p>◆口腔ケア (嚥下反射を高める、口腔内細菌による感染の予防)</p> </div> <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; width: 45%;"> <p style="text-align: center;">※定期的な口腔管理 (歯科健診を推奨)</p> <p>◎かかりつけ歯科に定期的に口腔内の状態を見てもらえるように勧めていきましょう。</p> <p>◎また、日常的な口腔ケアや口腔機能向上体操など、何らかの援助を行っても症状が気になる(悪くなっていく)場合や、日常生活に不具合が生じる場合には、本人・家族と相談し、早めに歯科医</p> </div> </div>	
2	最近3か月間に、食べにくくて食事にかかる時間が長くなった。				
3	お茶や汁物等でむせることがある。または、飲み込みにくい。				
4	口の中に食べ残しがある。				

<p>チェック項目2</p>	<p>最近3か月（半年）間に食べにくくて食事にかかる時間が長くなった ①はい ②いいえ</p>
<p>目的</p>	<p>咀嚼機能の状態を把握する。</p>
<p>解説</p>	<p>○以前と比較した咀嚼機能についての質問 ○咀嚼機能は様々な要素（歯数、う蝕や歯周病の状態、義歯の適合、咀嚼筋力や舌の動き、唾液分泌など）が影響する。 ○咀嚼機能が低下した人は、食べにくいものを避けて柔らかい物を好んで食べるなど、さらに咀嚼機能が低下する悪循環に陥りやすい。結果、チェック項目3（嚥下機能低下）と連動して、口腔機能全般が衰える危険性がある。</p>
<p>ポイント</p>	<p>○咀嚼機能の低下により、食べるものを意識的に柔らかい物に変えている場合がある。どれくらいの食材なら食べられるか（「するめ」や「たくあん」などと例示する）、食べているのか、どのような食材が食べにくいのかを確認する。 ○かかりつけ歯科医があるかないか、定期的に歯科を受診し、口腔機能や口腔衛生の管理等できているかを確認する。 ○チェック項目3と併せて、会話（本人の発語）の内容が聞き取れないなど、滑舌の悪さや口臭が気にならないかについても意識して確認する。 ○残存歯数が少なくとも、義歯の調整や口腔機能訓練などにより、咀嚼機能の改善が見込める。</p>

<p>声かけの例</p>	<p>○“いいえ”の場合 ⇒「何でもよくかんで、おいしく食事ができていますね。」 ⇒「症状がなくても定期的に歯科健診を受けることをお勧めします。」</p> <p>○“はい”の場合 ⇒「定期的にかかりつけ歯科医受診し、お口の状態を診てもらってください。」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・3食食べていて、体重の減少がない場合 ⇒「固いものが食べにくくなっているようですが、食べる際に何か工夫をされていますか？」 ・3食食べておらず、体重の減少がある場合 ⇒「食べこぼし、話しているとき、聞き取りにくいとよく言われますか？」「どのようなものが食べにくいですか？」、「お口の機能の衰えはオーラルフレイルと言われ、全身の機能の衰えにつながる可能性があります。なるべく早く歯科医療機関を受診することをお勧めします。」
<p>留意事項</p>	<p>○歯の治療中、歯の痛みで食べられない場合は除く。 ○状態に変化が生じていない場合は“いいえ”とする。</p>
<p>対応方法</p>	<p>○歯や口が痛い等で食べられない、もしくは歯の欠損がある場合⇒歯科医院を紹介する。 ○口腔機能低下が疑われる場合⇒歯科医院を紹介、口腔機能の維持・向上のための介護予防教室等を案内。口腔機能向上体操を紹介。</p>

口腔内を見ないで「かみ合わせ」を評価する方法

② 摂取可能食品アンケート



第5群 (生) 人参、(漬) たくあん、酢だこ、するめ、あわび

第4群 (焼) 豚肉、(漬) 大根、あられ、ピーナッツ、イカ刺身

第3群 (揚) 鶏肉、(焼) 鶏肉、りんご、(漬) なす、(生) キャベツ

第2群 いちご、ハム、かまぼこ、佃煮こんぶ、こんにやく

第1群 バナナ、(ゆで) キャベツ、(煮) 人参、(煮) さといも、(煮) たまねぎ

次の食品について、下の回答方法から（2, 1, 0, □, △のいずれか）現在の状況に最も近いものを選んで、（ ）の中に書き入れてください。

【回答方法】

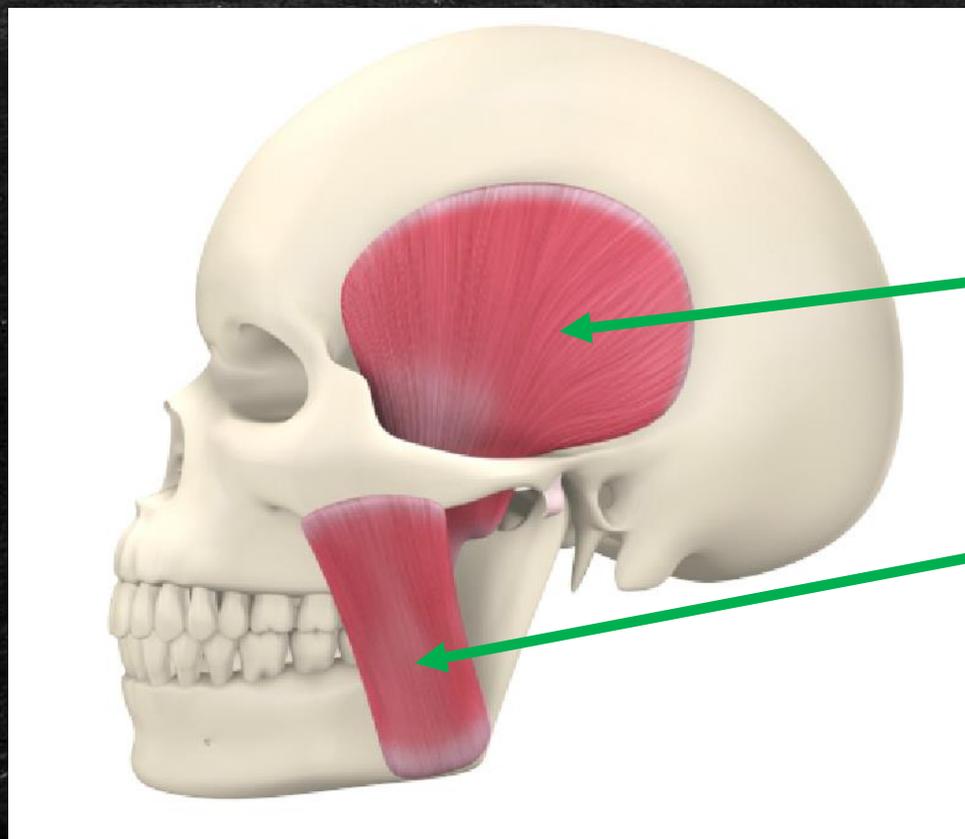
（2）容易に食べられる （1）困難だが食べられる （0）食べられない
（△）義歯になってから食べたことがない （□）嫌だから食べない

【記入してください】

- | | | | | | | | | |
|----|-----------|-----|----|----------|-----|----|----------|-----|
| 1 | あられ | () | 2 | (生) あわび | () | 3 | イカ刺身 | () |
| 4 | いちご | () | 5 | かまぼこ | () | 6 | (生) キャベツ | () |
| 7 | (ゆで) キャベツ | () | 8 | こんにゃく | () | 9 | (煮) さといも | () |
| 10 | するめ | () | 11 | 酢だこ | () | 12 | (漬) 大根 | () |
| 13 | (煮) たまねぎ | () | 14 | (漬) たくあん | () | 15 | 佃煮こんぶ | () |
| 16 | (揚) 鳥肉 | () | 17 | (焼) 鳥肉 | () | 18 | (漬) なす | () |
| 19 | (生) 人参 | () | 20 | (煮) 人参 | () | 21 | バナナ | () |
| 22 | ハム | () | 23 | ピーナッツ | () | 24 | (焼) 豚肉 | () |
| 25 | りんご | () | | | | | | |

口腔内を見ないで「かみ合わせ」を評価する方法

③ 筋触診



側頭筋

咬筋

- できるだけ強く奥歯でかむように指示し、咬筋、側頭筋が緊張して硬くなるかを評価する
- 指先で触診し、指が押される感覚で以下の3段階に評価

強い 指先が強く押される
筋肉が硬くなっているのが明確に触知できる

弱い 指先が弱く押される
筋肉が硬くなっているのがほとんど触知できない

なし 指先が押される感覚がない
筋肉が硬くなっているのが全く触知できない

口腔内を見ないで「かみ合わせ」を評価する方法

④ 咀嚼能力判定用ガム



XYLITOL咀嚼チェックガム（ロツテ オーラルケア）

咀嚼チェックガムとは

噛む力を色の変化でチェックできるガム。

咀嚼前は緑色、よく噛むことで徐々に赤色に変化していきます。



咀嚼時間とガムの色調変化



噛む前



よく噛むほどガムが赤くなる(咀嚼能力を判定する目安)