



口腔ケアは、虫歯・歯周病予防、リハビリ効果、食欲増進、唾液分泌促進、感染予防・肺炎予防、病気になるにくいため医療費の低減にもつながります。しかし、私達の行う口腔ケアは、各人によりバラツキがあり、特に、寝たきり、口腔乾燥、麻痺のある要介護高齢者の方を介助する場合困難です。手技の統一のためには、口腔アセスメント（口の中を観察して、状態を記録すること）を数値化したり、正しい口腔ケア技術を学んだり、歯科医師や歯科衛生士との連携を、行う必要があります。その時のツールとして、『オーハット(OHAT)』という8項目の検査があり紹介したいと思います。

- 1、まず口唇の観察。口角の乾燥やひびわれがあれば、スコア1（変化）、潰瘍や出血があれば、スコア2（病的）、正常はスコア0（健全）。
  - 2、舌の観察。舌苔があれば、スコア1、潰瘍や出血があれば、スコア2、正常はスコア0。
  - 3、歯肉と粘膜を観察。乾燥や発赤、部分的腫れがあれば、スコア1、広範囲な腫れ、出血、歯の動揺があれば、スコア2、正常はスコア0。
  - 4、唾液では、ベタついたり泡状であれば、スコア1、ひからびた状態はスコア2、正常はスコア0。
  - 5、残存歯では、虫歯等なければ、スコア0、3本以下なら、スコア1、4本以上なら、スコア2。
  - 6、義歯について、普通に使用できれば、スコア0、一部破損あれば、スコア1、義歯が使用できない、紛失したり破損していれば、スコア2。
  - 7、口腔清掃で、歯石や歯垢がなければ、スコア0、数本に歯石等あればスコア1、4本以上なら、スコア2。
  - 8、歯痛なければスコア0、少しあればスコア1、強い痛みあれば、スコア2。
- 合計点数（0～16）を継続してみています。口の機能が低下すると、食へにくくなり、栄養低下、活動量もへり、転倒、骨折のリスクが高まります。口腔機能低下を、早期発見、早期対応するためのツールです。口は命の入り口、心の出口とも言われます。おいしいものを食べて、豊かなコミュニケーションができれば幸いです。

## お知らせとお願い

◎新型コロナウイルスワクチン5回目接種が始まります。

住所地に接種券・予診票が届きます。（あじさい園に住所がある方は、今回お手紙に同封しています）接種を希望される方は必要事項を記載の上、11/25頃までに郵送もしくは事務所窓口までお届け下さい。日程は、12月初旬から中旬を予定しています。

◎ご家族面会を継続しています。

おひとり月1回を目安にお電話にてご予約を承ります。ガラス越し面会を原則とし、1回10分程度でご協力お願い致します。人数制限はありません。情勢により再度中止となる可能性もありますが、ご容赦ください。

### 11月行事予定

6日(日)秋まつり

14日(月)28(月) 喫茶

27日(日)誕生日会



## ハッピーハロウィン

10月のおやつパーティーでは、手作りのかぼちゃプリンにホイップクリームをトッピング、可愛くデコレーションして、ハロウィンの雰囲気を楽しみました。

