

静岡県在宅歯科医療推進室からのお知らせ②

「こんな時は^{くち}お口に何か原因があるかもしれません」 ～帰っちゃうの？～

地域のボランティアが運営するミニデイサービスの一コマ

ボランティアさん「皆さん、そろそろお弁当の準備をしましょう！

今日のメニューは、炊き込みごはんと、桜エビの天ぷらです。」

利用者さん達「わあ、おいしそうだ」「豪華だね～」「お腹すいたね～」

利用者のA子さん「私、今日は食べずに帰るよ。」

ボランティアさん「あら？A子さん、何か用事があります？」

利用者のA子さん「ん…そうじゃないんだけど、ちょっとね…」

ボランティアさん「ちょっと？A子さん、食べずに帰っちゃうの？」

利用者のA子さん「うん、ちょっと… じゃね、お世話様でした。」



～終了後のミーティングで～

「A子さん、今日は友達のBさんがお休みだったから寂しかったのかも？」

「それもあると思うけれど、朝から暗い表情だったよ。」

「確かに、元気がなかった。風邪でもひいたかな？」

【A子さんの気持ち】

Aさんは78歳の一人暮らし。ひざが痛くて、正座ができないことが気になっていますが、月1回のミニデイサービスで友人とおしゃべりするのを楽しみにしています。転倒予防の体操は椅子に座って、できる範囲で、一生懸命に取り組んでいます。

Aさん、実は一カ月ほど前から、上の**前歯のブリッジがグラグラ**と動き出していました。食べ物を前歯でグッと噛み切るのがうまくできません。家では、ごはんを少し柔らかくして、前歯を使わなくていいように、おかずは一口を小さく切ってから食べるようにしていました。

また、前歯が動くのが気になって、人と向き合って話すのが、少し気が引ける感じがしていました。

ミニデイサービスに出かけたものの、**人目が気になって**しかたありません。お弁当の天ぷらを小さく切って食べたりしたら凄く時間がかかるし、変に思われそう…やっぱり食べずに帰ることにしたのです。

【ちょっと深刻な話】

日本人の約8割がかかっている**歯周病**。Aさんの前歯がグラグラしているのは、おそらく歯周病と思われれます。高齢者は、ブリッジのように人工の歯を何本か連結している場合も多く、Aさんのような状態で放置→進行すると、最悪の場合、一度に数本もの歯が抜けることになります。また、高齢者に多いのが**歯の根元のむし歯**。これは老化により唾液が減ることと関係が大きく、**口が乾くとむし歯ができやす**くなります。歯の根元が黒ずんでいると思っていたら、ある日ぽつきり歯が折れた！ということも実はよくある話です。人前で食べない、話さない、元気がない…もしかすると歯が原因かもしれません。

静岡県在宅歯科医療推進室（静岡県歯科医師会内）

〒422-8006 静岡県静岡市駿河区曲金3丁目3番10号 開室時間）平日 10:00～15:00

TEL) 054-202-6480 FAX) 054-202-5009 email) zaitaku@s8020.or.jp HP) <https://s8020.or.jp/>