

静岡県在宅歯科医療推進室からのお知らせ⑤-1(認知症)

「歯医者さんに行きたくない！～何がイヤなのでしょう？～」

夫と二人暮らしのA子さん75歳。認知症の症状が少し進行してきたようです。今日の夕食はAさんの好きなナポリタン。夫の得意料理でもあります。「いただきます」のあと、Aさんの様子が少し変です…

夫 「うん、我ながらおいしくできたな。あれ？A子、右側でばかり噛んでるねえ。左の歯が痛い？」

A子 「痛くないよ。」

夫 「歯が痛いんだろ？歯医者さんに行かなくっちゃ！」

A子 「歯医者！？イヤだよ、行かない！」

夫 「じゃ、せめて歯磨きをしっかりやってくれよな。全く、困ったもんだよ。」

～就寝前～

夫 「さあ、歯磨きをしっかりやって寝よう！はい、磨いて！」

A子 「…(歯ブラシを渡されても、磨き始めない)」

夫 「ダメだなあ、さあ、口を開けて！」

嫌がるA子さん。歯磨きも思うように進みません…



【A子さんの気持ち】

A子さんは小さい頃からむし歯が多く、歯が痛くて眠れないこともありました。歯科医院の治療では、治療イスに座らされることや、「キーン」という歯を削る機械、麻酔の注射、歯医者先生はマスクをしていて目しか見えない…全てが怖く、いつも泣きべそをかいていました。母親は普段は優しいのに、むし歯となると「さあ大変！治さなくちゃ！」と厳しい口調に怖い顔。A子さんの子供時代の思い出と言えば、叱咤激励されながら母親に歯科医院に連れて行かれたこと。「怖かった」「叱られた」というイメージが残りました。

大人になってからは、人一倍、歯に気をつけてきました。「気をつけてきた」という自負がA子さんにはありますが、認知症が進み、お口に不具合があってもそれを伝えることが難しくなってきました。A子さんには、左の下の奥歯にブリッジが入っていましたが、最近それが外れ、どこかに無くしてしまったのでした。ブリッジが外れたせいで、左側では噛めなかったのです。また、歯ブラシが歯を磨く道具だという記憶も薄らいできたようです。



【子供時代の体験など、イヤなことのイメージが影響しているかも】

高齢者では、削って詰めるような小さい治療で済んでいた部分が、やがて歯の神経を取る治療へ、更に、歯を抜きブリッジのような大がかりな治療を体験してきた方も多く、子供時代からの長い長い経過の末に今のお口の状態があります。歯医者に対するイメージは人それぞれですが、歯の治療の跡が多い人は、A子さんのように歯のことで苦労を重ねてきたかもしれません。歯科医院を怖がる気持ちや、ブリッジを無くしたから叱られるなどの気持ちを想像し、歯を大切にしてきたことを尊重するかかわりができると良いです。

【口は敏感な場所・歯磨きのスタートには心の準備が必要】

口は、髪の毛1本でも察知する敏感な場所です。人に磨いて貰う時(介助磨き)、唇や頬など柔らかい部分に歯ブラシが当たるのは嫌なものです。磨かれる側に心の準備がないと、不意に歯ブラシが口に入ってきて口の中をかき回されるように感じてしまいます。男性の介助は歯磨きの力が強く・動きが大きい場合が多く、本当に歯磨きが痛い=嫌なことになりがちです。歯ブラシを本人に渡したら、隣で自分自身も歯磨きをして見せて、歯磨きの動作を自然に促してみましょ。そして「上手だね」や「すっきりして気持ちいいね！」など、優しい・前向きな声掛けと良く褒めることで、嫌なイメージが和らぎます。

仕上げの介助磨きは、とにかく刺激を少なく優しく。唇の中心付近や前歯が一番敏感な場所。スタートは刺激の少ない下の奥歯・表側・口を開けずに磨ける場所から。歯ブラシの毛も柔らかいものがお勧めです。始める際は視線を合わせて始める合図をし、途中も声掛けしながら、手の動きは「優しく」「刺激を少なく」進め、口を見せてくれた「感謝」や「褒める」言葉、‘また明日もやろうね’等の「約束」で締めくくり。

認知症の方の記憶は一時的。同じことの繰り返しで関わる側は大変です。そんなあなたにエールを送ります！

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/>