

岐腎協事務局だよし

ともに 明日に向かってがんばろう!!

2022年7月 NO.101号

透析患者の口腔環境と

口腔ケアの必要性



『オーラルフレイルとは、』

- ・虫歯・歯周病・歯の喪失などの口腔トラブルにより、食事にむせる・食べこぼす・噛めない食品が増えるなどの症状のことである。

『透析患者（とくに糖尿病患者）は、』

- ・細菌に対する免疫力が低下しているため、感染症にかかりやすい状況にある。
- ・感染リスクは、口腔内にもあり、口腔内の免疫を支える唾液の分泌量が減ると、細菌が増え、虫歯や歯周病にかかりやすく、進行しやすい。特に、透析を導入する時期は、気分や体調が不安定になりやすく、口腔ケアが不十分であったり、歯科受診ができなかったり、口腔内の環境が良好に保たれにくい状態にある。

『口腔乾燥のトラブルにより引き起こされること…』

- ・唾液の分泌量が減少すると虫歯や歯周病の原因となる菌が増加する。歯周病が悪化するとヘパリンの影響により、透析後に歯茎から自然に出血することがある。

『唾液分泌を促すマッサージは？』

唾液分泌を促すことは歯周病予防にとっても大切。唾液分泌を促すには、三大唾液腺である耳下腺・顎下腺・舌下腺を指でマッサージする「舌ストレッチ」「唾液腺マッサージ」が効果的

1、耳下腺



指を頬にあて上の奥歯の辺りを後ろから前へ回します。

10回

2、顎下腺



親指を顎の骨の内側のやわらかい部分にあて耳の下から顎の下まで押します。

5か所で10回

3、舌下腺



両手の親指をそろえ、顎の真下から舌を突き上げるようにゆっくりグーッと押します。

10回



『正しい口腔ケアを行うことで…』

- ◎虫歯や歯周病が予防できる
- ◎口腔乾燥が緩和される ◎粘膜症状が緩和される
- ◎肺炎など呼吸器感染のリスクが減少する
- ◎味覚が改善されて、食事が楽しめる
- ◎口臭を予防できる



「第7波」急拡大防止に向けて

【直近の感染状況】 現在、置き換わりが進みつつあるオミクロン株「BA. 5系統」による圧倒的な感染スピード、ワクチン接種後の効果減衰などを背景に、第6波のピークを上回る勢いで急速に感染が拡大し「第7波の真ただ中」にあります。感染拡大の特徴としては、ワクチン接種率の低い若年層の感染が多いことが挙げられます。また、福祉施設、医療機関、保育施設、学校などでのクラスターが多く、特に高齢者や基礎疾患のある方など重症化リスクが高い方々への感染が懸念されます。このまま感染拡大が続けば、早ければ数日の内にも第6波のピークを上回り、一気に過去最大の波となる事態も想定されます。

【感染防止対策の徹底】

1・基本的な感染防止対策

- ・基本的な感染防止対策の徹底を継続。

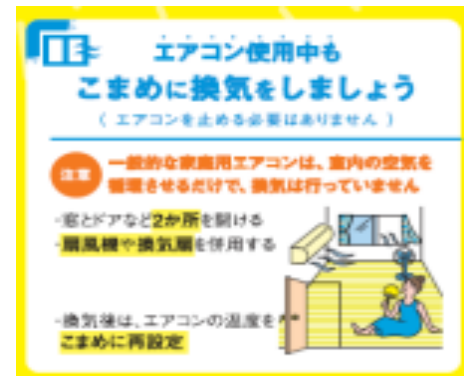
☆マスク着用（不織布マスクで隙間なくフィット）

☆手指衛生（頻繁な手洗い、消毒）

☆密回避（密閉・密集・密接の回避）

☆こまめに換気（換気扇の常時稼働や窓・扉の開放による1時間に2回以上の換気。特に高齢者施設、学校、保育所などにおいては空気の流れを阻害しないよう効果的な換気を徹底）

☆体調管理（体調不良時は出勤・出張・通学・部活・旅行・レジャー）を含む全ての行動をストップし、医療機関を受診



【カリウム (K) 透析前 3.5~5.5 (mg/dl)】

透析患者がもっとも気を付けなければならない検査値です。生野菜などカリウムの多い食品のとりすぎ、食事摂取量の不足、透析不足などで上昇します。7mEq/lくらいになるといろいろな症状が現れてきます。手、足、指先、舌などのしびれ、さらに上がると脈がみだれ、心臓がとまることもあり非常に危険です。 (全腎協 透析を始める人のためのガイドブック 第15班より)

特定非営利活動法人 岐阜県腎臓病協議会

〒500-8385 岐阜市下奈良 2-2-1 岐阜県福祉農業会館 3階

TEL 058-214-2497 FAX 058-214-2498 E-mail npo@gijinkyo.jp



※事務局だよりを未加入者に配布したい場合は事務局へご連絡下さい。 作成者：事務局長 高田裕二