

こんな症状には注意、相談しましょう

☆歯科医師に相談☆

●歯磨きを極端に嫌がる

歯や口の粘膜に炎症がおきている可能性がある。

●口臭がある

大きなむし歯や歯周病の可能性がある。

☆主治医に相談☆

●薬を服用している

けいれんや血圧、神経の薬を服用している場合は口腔乾燥や歯肉の腫れの原因となることもありますので、担当医に薬の変更ができるかどうかを確認してみましょう。

障がい児・者協力歯科医院

2015年3月現在

協力歯科医院は、毎年追加、更新されています。

最新情報は宮崎県歯科医師会ホームページをご確認ください。

西臼杵郡

- ・田原歯科診療所  
西臼杵郡高千穂町大字田原115-3  
TEL.0982-75-1746
- ・上野アイリス歯科クリニック  
西臼杵郡高千穂町大字上野264-7  
TEL.0982-77-1223

延岡市

- ・竹尾歯科大貫診療所  
延岡市大貫町3丁目970-1  
TEL.0982-21-0211
- ・医療法人 裕翔会  
ひまわりデンタルクリニック  
延岡市野地町3丁目3456-2  
TEL.0982-29-3663
- ・斎藤歯科医院  
延岡市土々呂町4-4085-1  
TEL.0982-37-6480
- ・医療法人 裕翔会  
さかもと歯科・歯科口腔外科医院  
延岡市浜町172-30  
TEL.0982-28-2838
- ・北浦歯科医院  
延岡市北浦町古江2492番地4  
TEL.0982-45-3334

日向市・東臼杵郡

- ・尾池歯科医院  
日向市曾根町2丁目96  
TEL.0982-54-1182
- ・治田歯科医院  
日向市財光寺622-6  
TEL.0982-52-6430
- ・ほり歯科医院  
日向市財光寺長江358  
TEL.0982-55-1414
- ・柳田歯科医院  
東臼杵郡門川町南町3丁目42番地  
TEL.0982-63-4976

児湯郡

- ・高城歯科医院  
児湯郡木城町大字高城1291  
TEL.0983-32-2777
- ・いちき歯科  
児湯郡新富町富田2丁目10-1  
TEL.0983-33-4788
- ・たけしま歯科医院  
児湯郡新富町大字新田宇芝原下4763-3  
TEL.0983-21-5188
- ・中崎歯科医院  
児湯郡高鍋町大字北高鍋1024-1  
TEL.0983-23-0284
- ・野間歯科医院  
西都市妻町1丁目50番地1  
TEL.0983-43-0431
- ・ひまわり歯科診療所  
児湯郡高鍋町大字北高鍋2100  
TEL.0983-23-9703

宮崎市

- ・青山歯科医院  
宮崎市本郷南方2040-6  
TEL.0985-56-2337
- ・稲田歯科医院  
宮崎市恒久南2丁目9-13  
TEL.0985-51-3151
- ・いのうえ小児歯科  
宮崎市佐土原町下田島19276-9  
TEL.0985-30-1188
- ・Kids Dental Clinic  
宮崎市本郷南方榎田2537-1  
TEL.0985-63-9500
- ・恵歯科クリニック  
宮崎市月見ヶ丘1丁目21-25  
TEL.0985-51-0687
- ・矯正・小児ひまわり歯科  
宮崎市大塚台東1丁目32番9  
TEL.0985-48-4182
- ・くらしげ歯科医院  
宮崎市大字恒久赤池6733-1  
TEL.0985-64-9214
- ・佐野歯科  
宮崎市鶴島1丁目9番19号  
TEL.0985-22-4275
- ・しのざき中央歯科  
宮崎市大橋1-12-2  
TEL.0985-62-1022
- ・相馬歯科医院  
宮崎市太田1丁目1-42  
TEL.0985-51-5420
- ・加納歯科医院  
宮崎市清武町加納甲1929-11  
TEL.0985-84-4883
- ・くつかけ歯科  
宮崎市清武町今泉下ノ原2825-1  
TEL.0985-84-3077
- ・まえざき歯科医院  
宮崎市京塚町113番地1  
TEL.0985-63-5355
- ・ゆきえ歯科医院  
宮崎市清武町正手1丁目105番地  
TEL.0985-64-5177
- ・むた歯科医院  
宮崎市大字富吉804番地  
TEL.0985-47-5223
- ・やさき歯科  
宮崎市大塚町横立1507-2  
TEL.0985-53-6068
- ・わかば小児歯科  
宮崎市永楽町207-1  
TEL.0985-27-2003
- ・宮崎歯科福祉センター  
宮崎市新別府町久保田683-1  
TEL.0985-83-3344

都城市

- ・いまち歯科医院  
都城市今町7048-1  
TEL.0986-39-0368
- ・医療法人デンタルファイン  
うえくぼ歯科医院  
北諸県郡三股町夢池3607-9  
TEL.0986-52-6601
- ・医療法人 健和会  
たぐち歯科医院  
都城市太郎坊町1959-1  
TEL.0986-38-3330
- ・タケザキデンタルクリニック  
都城市北原町12街区13号  
TEL.0986-23-8110
- ・トキワ歯科医院  
都城市野々美谷町2223-3  
TEL.0986-36-0551
- ・中崎歯科医院  
都城市高崎町大牟田1950-5  
TEL.0986-62-5030
- ・医療法人 尚歯会 中央歯科  
都城市牟田町3街区2号  
TEL.0986-25-0007
- ・安富歯科医院  
都城市妻ヶ丘町14-12  
TEL.0986-22-4118

小林市・えびの市・西諸県郡

- ・医療法人 啓愛会 わたなべ歯科医院  
えびの市大字小田596-8  
TEL.0984-35-1050
- ・おりた歯科クリニック  
小林市堤宇龜尾原3135-9  
TEL.0984-23-8211
- ・たけさき歯科医院  
小林市大字細野1585-48  
TEL.0984-23-1709
- ・水流歯科医院  
小林市大字堤2992-7  
TEL.0984-23-2418

日南市

- ・黒木歯科医院  
日南市北郷町郷之原乙1293-1  
TEL.0987-55-2492
- ・医療法人 わかば  
大手門歯科クリニック  
日南市既肥6丁目7-51  
TEL.0987-21-2122
- ・目井歯科医院  
日南市吾田東9丁目3番地28号  
TEL.0987-24-0415
- ・医療法人 清雅会 山口歯科医院  
日南市吾田西3丁目6番5号  
TEL.0987-22-3950

介護者が行う障がい児・者への

口腔ケア

きれいな歯で健康管理



宮崎県歯科医師会・宮崎県

お問合せは、宮崎県歯科医師会まで

TEL 0985-29-0055

E-mail: mdawebm@miyazaki-da.or.jp

## 口腔ケアは「健康づくりの基本」

口腔内を清潔に保つことは、むし歯や歯周病を予防することはもちろん、口腔機能を発達させ、栄養改善を促し、身体の健康を維持します。いわば口腔ケアは「健康づくりの基本」とも言えるでしょう。

しかし、障害を持つ児(者)の口腔ケアにおいては、「口を開けることを嫌がる」「暴れる」などの問題から毎日のケアが難しく、むし歯や歯周病に陥るケースが増えています。改善するためには、介助者が歯や口の健康を長期にわたって維持、支援していくことが重要です。



25歳・男性 自閉症  
3カ月間、歯磨きをしなかったため歯石がたまり、初期の歯周病になったケース。このまま進行すると歯を支えている骨が溶け、抜け落ちる危険性も。

## 毎日の口腔ケアを行わないと…

- ☆食事がおいしく食べられない。
- ☆むし歯や歯周病になりやすくなる。
- ☆汚れの菌が肺や血管内に入り、肺炎、動脈硬化のリスクを高める。

## 歯磨きのポイント

- 歯の外側は、噛んだ状態で磨いた方が磨きやすい。
- 言葉での理解が困難な場合は絵カード、顎模型、鏡などを用いて視覚に訴えてみる。
- 歯磨きができたら褒める。
- 無理して食後3回完璧に磨くのではなく、1日できれいにすればよいという気持ちで磨く。
- 介助者自身がしてみせる(模倣)。
- 可能であれば、できるだけ本人にさせ、自立を促す。

## 機嫌のよい時間が歯磨きタイム

## 嫌がる場合の対処法

### ① 口を開けない

まずは歯の外側から磨きましょう。歯を磨くことに慣れてくると開けてくれる場合があります。一番奥の歯の後ろの歯肉に指を入れて圧迫すると開くことがあります。ただし指をケガしないように注意しましょう。



### ② ガチガチと噛んでしまう



歯の内側やかみ合わせの部分は割り箸に、ガーゼを巻いたもの(バイトブロック)を使って磨きます。頬や唇の巻き込み、グラグラする歯に注意しましょう。

「我慢させられる」「嫌なことをされる」という緊張感から、口腔ケアを拒否する場合があります。食後のケアが基本ですが、嫌がる場合は機嫌のよい時間帯に行いましょう。

### ③ 歯磨きを拒否する

嫌がる理由(痛み・味・過敏・眠気・嘔気等)を把握し、対処します。恐怖心が強い場合は声掛けしながら緊張を和らげ、1カ所だけ場所を決めて10カウントで徐々に慣らしていきます。歯ブラシは小さめで柔らかいものを使用しましょう。



### ④ 過敏がある

頬のマッサージ(頬→口腔周囲→口唇→口腔内の順にゆっくり触る)を行ってから歯を磨きましょう。

### ⑤ 唇が乾いている・切れている

拒否の原因にもなるため、口腔保湿剤を使ってみましょう。

### Q 歯磨きのときに出血し、怖くて磨けません。

A 磨かないと更に悪化することがあります。小刻みに丁寧に磨きましょう。3日ほどで、出血が少なくなります。

### Q 唇に力が入って前歯が磨けません。

A 口を開けた状態で磨くと、唇や頬に力が入ります。噛んだ状態で磨きましょう。

### Q 歯ブラシはどのようなものを選べばよいですか。

A ヘッドは小さめ、毛質はナイロン製で、普通から柔らかめものを選びましょう。

### Q 歯ブラシを噛んで、すぐに毛が開いてしまいます。

A 本人用の歯ブラシとは別に、介助者用の歯ブラシを用意しましょう。



まずは施設で  
トレーニングを試みて



口を常に開けている場合は、歯並びや口腔疾患に影響します。唇を閉じるトレーニングやぶくぶくうがいを試みましょう。

