

つながり

35

tsunagari

2024.1
Winter

特集

口腔機能を高めましょう
生活の質を維持するために



食事の様子を確認する管理栄養士

地域の医療機関のご紹介

大崎市民病院は、身近な医療機関と役割分担を図り、地域全体で切れ目のない医療を提供することを目指しています。登録医療機関(かかりつけ医)をご紹介します。

近藤歯科医院

〒987-2216
宮城県栗原市築館伊豆1-3-20
TEL 0228-22-4182
<https://www.kondou-dc.com>



診療内容

インプラント・セラミック治療
ホワイトニング・矯正歯科 等

診療時間

午前 9:30 ~ 13:00
午後 月・金 14:30 ~ 18:30
火 14:30 ~ 17:30
水 14:30 ~ 19:00
土 14:30 ~ 17:00(※)

休診日

木曜午後、(※)第1・3土曜午後
日曜、祝日、年末年始

地域の皆さんへ

当院は平成3年に開業し今年で32年目を迎えます。現在歯科医師常勤5人、非常勤2人が在籍し、妊婦健診から高齢者の訪問診療まで多岐にわたって地域に貢献できるよう日々精進しています。また、インプラント、外来小手術(親知らずの抜歯や美容外科等)、マウスピース矯正(インビザライン、インビザGoの両方をできるのは県北で当院のみ)等の診療にも対応しており、遠方から来院される患者さんも多くいらっしゃいます。

今後は食べるための口腔管理だけでなく、食育や年齢等、個々に合った食事、栄養の摂り方等歯科における栄養指導を取り入れたいと思っています。



みなさんのところへ看護師が出前講座に伺います!

専門知識を持つ看護師が、地域の皆さんや民間団体、学校、幼稚園、一般企業、介護施設、病院などでの勉強会に伺います。

主な講義内容

- 感染対策(手洗いや消毒の方法、インフルエンザや新型コロナウイルス発症時の対応など)について
- 糖尿病予防の生活指導について
- 認知症について
- がん検診や治療に関することについて など、多数の講義が可能です。

講義内容や申込方法は、QRコードからご確認ください。

TEL.0229-23-3311

(患者サポートセンター地域医療連携室)



生活の質を維持するために 口腔機能を高めましょう

近年、口腔環境が全身の健康と密接に関連していることが明らかになってきています。健康を維持するためには、口の中の状態を良好に保ち、咀嚼・嚥下・構音などの口腔機能を高めることが非常に大切です。口腔機能を維持・向上させるための口腔機能ケアにスポットを当てます。

口の中の細菌が 大きな病気に?!

口腔ケアとは、口の中をきれいに保つだけでなく、健康保持や口腔機能の維持・向上のための訓練など幅広い内容を含んでいます。このうち、口の中の細菌や汚れを取り除き、口内を衛生的に維持するためのケアを器質的口腔ケアといい、毎食後に行う歯磨きや、歯科診療所で医療者が実施する歯石除去等のケアがこれに含まれます。

口の中には500種類もの常在細菌が生息し、私たちと共生関係にあります。ケアが不十分だとこれらの細菌が増殖し共生関係が崩れ、さまざまな疾患の原因となります。まず口の中の疾患としては、代表的なものとして虫歯や歯周病があり、これらが進行すると歯を失うことにもなりかねません。それに加えて、口の中の細菌は、気管を通って肺の中に入り込んで

肺炎を引き起こす場合があります。また、血流を介して全身に広がる感染性心内膜炎や敗血症などの疾患に至ることがあります。また、歯周病と全身の疾患との関連も明らかになってきており、糖尿病や虚血性心疾患、関節リウマチなど多くの疾患に影響を与えると考えられています。このように口腔ケアは、歯や歯肉のためだけでなく、全身の健康を維持・向上させることを目的としています。

生活の質を下げないために 「イイお口」をつくりましょう

「がん」の発生に関与する危険因子は、その「がん」が、どのどんな「がん」なのかで変わってきます。口腔がんの主な危険因子は喫煙と飲酒です。口腔がんの約60%は舌がんで、好発年齢は60歳代と言われていますが、20〜40歳代の比較的若い人の発症も近年増加しており注意が必要です。舌がんは、過度な飲酒や喫煙のほかに、虫歯や破損した詰め物、合っていない入れ歯による慢性的な刺激や、口腔内の不衛生などでも誘発されるといわれています。また、口の中にできた白板症や紅板症、扁平苔癬、乳頭腫などの粘膜の病気は、悪性化(がん化)する可能性があります。そのため注意が必要です。

そのため、障害が起こると「生活の質」に悪影響を及ぼします。ただし、上述した危険因子はどれも避けられないものではありません。頭頸部がんは、禁煙や節酒、口腔環境の改善といった生活習慣を見直すことで防ぐことができる病気ですので、「イイお口」をつくる努力をしましょう。



とよだ じょうじ
豊田 文爾
第一歯科口腔外科 科長



ささき たかつな
佐々木 高綱
第一耳鼻咽喉科 科長

頭頸部領域は、食事、発声、呼吸など「人が人らしく生きる」上で重要な機能が集中しています。

Check

口腔がんのセルフチェック表

舌がんも含め、初期の口腔がんでは、痛みのようなはっきりとした症状はあまり見られません。定期的セルフチェックを行い、少しでも不安を感じたらかかりつけ医にご相談ください。

- 口内炎が2週間以上治らない
- 舌や口の中の粘膜の色が白く変化する
- 舌の赤みが強くだれている
- 舌の表面がザラザラしたり、しこりを感じる
- 歯ぐきの腫れや出血がある
- 歯のぐらつきがある

出典：一般社団法人日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会
https://www.jjbika.or.jp/owned/oral_cancer/about.html

過度な飲酒・喫煙は
控えましょう!

「安全に食べ続けられる」
ことを目指して

摂食・嚥下の障害について、リハビリテーション部門では従来より歯科口腔外科・耳鼻咽喉科・栄養管理科をはじめ多職種と連携し、“その人らしく、誤嚥なく安全に食べ続けられる”よう、サポートを行っています。

摂食・嚥下障害が疑われる方に対しては、まず口腔内の状態を確認し、唾液や少量の水が飲めるか、ゼリーを食べることができるといったスクリーニングと口腔ケアを行います。唇や舌に麻痺・脱力があると、食べ物がこぼれたり、口の中に残ったり、むせたりしますので、唇・舌の運動や発声練習など、嚥下筋群の訓練を行います。

摂食開始に当たっては、嚥下機能に応じた食形態を選択して

口腔機能ケアセンターを開設しました

当院では、令和5年4月に口腔機能ケアセンターを開設し、多職種で連携しながら患者さんに合わせた口腔機能のケアを提供しています。

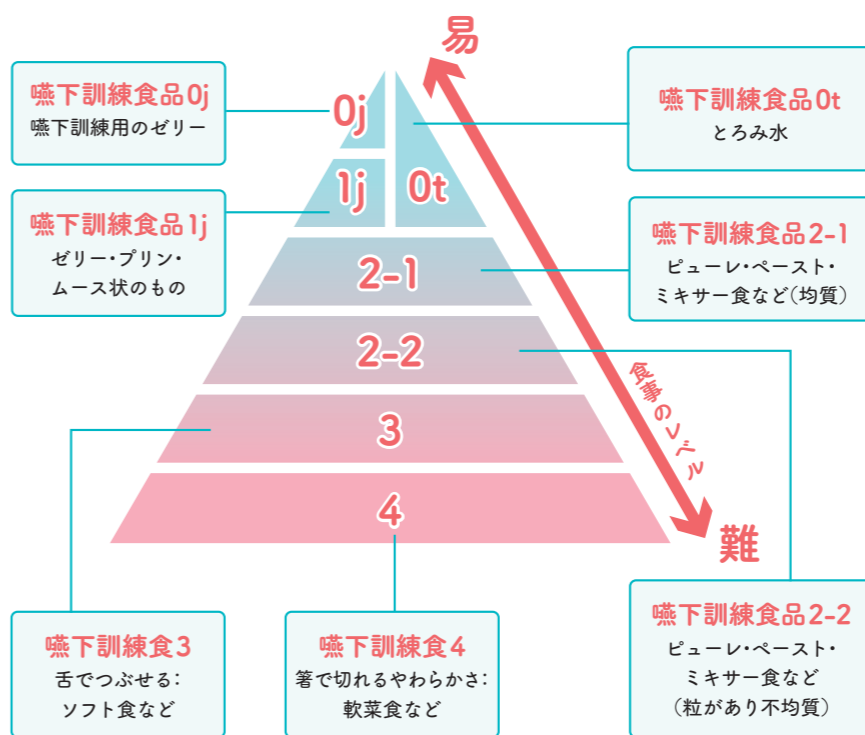
器質的口腔ケアと 機能的口腔ケア

口の中を清潔に保つことで、口腔疾患および口腔内細菌が関与する全身疾患を予防することを目的としたケアのことを「器質的口腔ケア」といいます。当院では全身麻酔による手術前後の方を対象とした感染予防の口腔クリーニング、感染源となるリスクのある歯の抜歯などを行います。一方、口腔機能の維持・回復を目的とした、歯科治療から機能訓練まで

います。水分でむせやすい場合にはとろみをつけたり、のどへ送り込みにくい・飲み込みにくい・喉に残りやすい場合にはゼリーなどを利用したり、咀嚼しにくい場合には舌と口蓋で押し

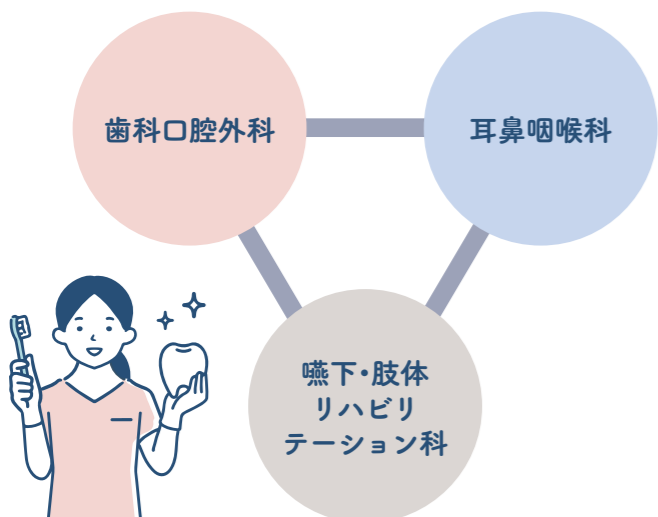
つぶせる程度の形態にするなど、病院食でも対応しています。また、安全に経口摂取が行えるよう、姿勢や摂取方法の調整指導を行っています。

嚥下食の分類「学会分類2021」



出典：日本摂食嚥下リハビリテーション学会嚥下調整食分類2021.日摂食嚥下リハ会誌.25(2):135-149,2021

を含むケアのことを「機能的口腔ケア」といいます。当院では、患者さんが快適な食生活を送れるよう、ファイバー観察やレントゲン撮影で嚥下障害の程度を判定し、嚥下訓練や外科的治療で嚥下機能の改善に努めています。



認定看護師による口腔ケアチーム

当院では認定看護師が口腔ケアチームを結成しています。入院中、口腔衛生が保たれていない患者さんがいた場合、病棟看護師が口腔ケアチームにつなぎ、共にケアの方法を検討します。入院中の患者さんは病状の軽減と共に口腔衛生環境は改善しますが、私たちは患者さんが退院した後でも、食事がおいしく食べられるよう口腔衛生の維持や口腔機能改善を含めた支援を目指しています。少しでも日常生活の質の向上に貢献できるように取り組んでいます。



菅原 かな
言語聴覚士

服部 弘之
肢体・嚥下
リハビリテーション科
科長



口や舌をスムーズに動かすことができるように、トレーニングや発声練習などを行います

がん相談 Q & A

がん相談支援センターでは、患者さんやご家族から、さまざまな相談が寄せられます。ここでは、よくある相談の一部を紹介します。



Q 同じ病気の患者さんとお話してみたいです。

A 当院には「がんサロン」があります。がんサロンは、患者さんやそのご家族などが集まり、交流や情報交換をする場です。

また、乳がん体験者のスタッフが在室している日があります。「体験を共有し、共に考える」ことでがん患者さんや、ご家族などをサポートする活動を行っています。

その他、がんサロンでは各種がんの冊子や、医療用ウィッグ等カタログの配布、がん患者会・サロンネットワークみやぎ加入団体の情報提供、ウィッグ・カバーメイク・ネイル相談会、専門・認定看護師や臨床心理士によるがん相談会等を行っています。どうぞ、受診の間やちょっとホッとしたいときなど、お気軽にお立ち寄りください。



場所
大崎市民病院本院 2階
コンビニエンスストア向かい

おおさき メディカルスポット

Vol.3 栄養管理部

当院は、医師以外の職種のスタッフも、皆さんの健康のために昼夜を問わず医療を提供しています。今回は、栄養管理部から、「栄養のエキスパート」である管理栄養士の業務についてお話しいただきました。

**治療に貢献する
栄養のエキスパートを目指して**

病院の管理栄養士の業務は、大きく分けて献立作成等の給食管理業務と、栄養指導・栄養評価・食事調整等の栄養管理業務に分類されます。当院では給食管理業務は全面委託し、栄養管理業務の拡大に対応しています。当院には、管理栄養士が14人所属しており、その中には患者さんに合わせた指導を行うことができる専門資格を取得している職員も多数います。今後も、資格取得者や資格の種類を増やすことで、疾病治療・病状改善に貢献できる栄養のエキスパートを目指しています。

**専門的な栄養指導で
治療をサポート**

当院は、地域がん診療連携拠点病院であり、外来化学療法センターでの栄養指導も行っています。がん治

療中は食欲不振や味覚障害等、さまざまな副作用症状が現れることも多いため、症状に合わせた栄養指導を行うことで、治療継続のサポートに努めています。また、腎臓病療養指導士や糖尿病療養指導士による専門的な栄養指導も行っています。

当院の管理栄養士は、さまざまなチーム医療にも参画しています。栄養サポートチームをはじめ、褥瘡対策・糖尿病透析予防・骨粗しょう症リエンサービsteamにも所属し、栄養評価や栄養摂取状況などについて、多職種と共有しています。さらに、救急病棟と6階東病棟で、管理栄養士の病棟配置を開始しました。これにより、管理栄養士がこれまでできていなかった重症患者さんへの介入や、各診療科のカンファランスへの参加などができるようになりました。他の医療スタッフとの連携を密に行うことで、患者さん一人一人に合わせた栄養管理に取り組んでいます。



腕の太さを測って栄養状態を確認します



季節に合わせた病院食を提供しています

紹介動画も
ぜひご覧ください



大崎市民病院の先生をリレー形式でご紹介します！

Team "tsunagari" チーム つながり

Vol. 02

本院は43の診療科があり、常勤医師は154人所属しています(令和5年12月1日時点)。普段は、皆さんの健康を守るために尽力している先生たちですが、実は意外な一面も…？ 第2回は、令和5年10月1日付けで副院長に就任した工藤正孝先生をご紹介します。

くどう まさたか
工藤 正孝 副院長

診療科 腎臓・内分泌内科、リウマチ科
主な資格・認定 日本内分泌学会
内分泌代謝科専門医 など
趣味 各地の文学館めぐり、
作家のサイン本収集



令和5年10月1日付けで副院長を拝命しました。

今後も日々の診療を大切にしながら、副院長として地域完結型医療の構築に努めていきますので、よろしくお願いします。

病棟の9階の会議室から見える山並みや大崎耕土の景観がとても気に入っています。大崎地域の自然の豊かさと厳しさに思いを馳せることができるからです。いつか県北に点在する由緒ある酒蔵を巡り歩きたいと考えています。

好きな作家から
いただいたサイン本