

報告

第7回ジョイント連続セミナーの報告(2023年度)

江尻晴美^{1,2)} 荒川尚子¹⁾ 大屋富彦¹⁾

¹⁾中部大学生命健康科学部保健看護学科

²⁾生命健康科学研究所保健看護領域部門

I. はじめに

中部大学生命健康科学研究所保健看護領域部門では、大学院生、教員、学部学生、地域の看護・医療職などの研究力向上を目指し、毎年、ジョイント連続セミナーを企画して開催している。7回目となる今回のセミナーでは、「ライフサイクルと疾病予防の観点からみた口腔ケアの重要性」をテーマとして、看護職としてとらえる口腔ケアの重要性と必要性について、研究と臨床の観点から学ぶ機会とした。

II. 口腔ケアと看護

口腔ケアとは、口腔の疾病予防、健康保持・増進、リハビリテーションにより QOL(quality of life)の向上をめざした口腔より全身を考える科学であり、技術である¹⁾。口腔の健康は、全身の健康との関連が明らかにされているほか、とくに高齢者では精神活動や社会活動にも影響を及ぼす²⁾。要介護高齢者に対して歯科専門職による口腔ケアにより、誤嚥性肺炎が予防できた報告や³⁾、歯のかみ合わせが十分な高齢者は、歯をかみしめて踏ん張ることができるため転倒しにくいといった報告があり⁴⁾、高齢化が顕著なわが国では、高齢者の総合的な健康維持・増進のためにも、口腔ケアの重要性が高まっている。

口腔ケアは、歯科医師あるいは歯科衛生士が担う専門的口腔ケアと、看護師・介護職員や家族が担う日常的口腔ケアがある。看護師は、十分な知識と技術に基づき、対象に応じた日常的口腔ケアを安全かつ適切に行う必要がある。しかし、病院に勤務する看護師は、口腔ケアの重要性を認識してはいるものの、時間的制限や効果的なケア方法がわからずに、多くは口腔ケアが十分にできてい

ないと認識していた⁵⁾。患者の口腔内の状態は、看護ケアの質を最もよく現わすもののひとつであるともいわれ⁶⁾、看護師による口腔ケアの知識と技術を高めるためには、看護基礎教育課程における口腔ケアの教育の充実も重要となる⁷⁾。

III. セミナーの概要

1. 日程：2024年1月20日(土) 14時から16時
2. 開催：不言実行館内アクティブホール
3. テーマ：ライフサイクルと疾病予防の観点からみた口腔ケアの重要性
4. 講師：西條英人氏
東京大学大学院医学系研究科 感覚・運動機能医学講座 口腔顎顔面外科 准教授
東京大学医学部附属病院 口唇口蓋裂センター センター長
5. 講演内容(要約)

1) 口腔の基礎知識と口腔ケアの実際

「口」の主な機能は、食べること、話すこと、呼吸すること、表情をつくることである。しかし、加齢による衰えや疾患などにより、これらの機能が低下することがある。口腔の機能は、主に舌・顎・頬・粘膜・歯肉・唇・歯によって果たされる。とくに、食物を摂取して嚥下することや呼吸をすることは、人間の生命を維持するのに不可欠である。また、社会生活を円滑に送り、QOLを維持するためにも話すことや表情を作ることは欠かせない。したがって、人々が健康的な生活を営むためには、口腔の機能を低下させないことが重要であり、口腔ケアが必要となる。

口腔内の歯垢は、含嗽や消毒薬では除去できず、歯ブラシなどによる機械的清掃が必要となる。歯垢1mg中には、1億個の細菌がいるともいわれている。歯垢

が唾液成分によって石灰化したものが歯石であり、歯石は歯ブラシでは除去できないため、歯科専用の器具で除去する必要がある。この歯石除去を怠ると歯肉に慢性的な炎症を引き起こし、歯周病の原因ともなる。歯周病は、歯周病菌が歯を支える歯肉や骨などの組織を破壊することで生じ、口臭や歯肉出血の原因にもなりうる。さらに、歯周病によって全身性の炎症が惹起されるため、糖尿病の悪化やフレイルなど、全身への影響を及ぼす。

また、舌苔は細菌の温床となり、口臭や誤嚥性肺炎の原因にもなりうる。とくに、抗生物質や副腎皮質ステロイド剤が長期投与されている人では、常在菌のバランスが崩れやすく、舌苔が生じやすいために舌ブラシなどによるケアが必要になる。

う蝕は、細菌が糖を分解して産生される酸により、歯が溶かされて生じる。う蝕の進行を放置すると、歯髄神経に感染が及びその結果、激痛を生じたり、疼痛が治まった場合でも放置すると根尖部に慢性炎症を引き起こす事がある。さらに、免疫力が低下した場合に感染源となり、全身状態への悪影響を及ぼすことがある。

2) ライフサイクルにおける口腔ケアの重要性

国内において、歯科健診が義務づけられているのは、1歳半と3歳の乳幼児健診と、小中学生の学校健診である。成人期では、健康増進法に基づき40・50・60・70歳の歯周疾患検診、高齢者医療確保法に基づく後期高齢者歯科健診が行われているが、受診率は極めて低いのが現状である⁸⁾。

成人に対する歯科健診は、通常の職場での定期健診に含まれておらず、成人期にある人々への歯科健診の働きかけや歯科健診の啓蒙活動が課題である。さらに、妊婦の場合、妊娠によってエストロゲンが歯周病原細菌の増殖を促し、プロゲステロンがプロスタグランジンを刺激して炎症が起こりやすい環境となる。そのため、妊娠中期から後期にかけて、妊娠性歯周病が起こりやすくなる。歯周病による低体重児出産の危険率は高く、妊婦に対する口腔ケア指導や歯科健診は重要となる。一部の市町村では、妊婦歯科検診が実施されて

いるが、さらなる啓蒙活動が重要である。

老年期では、加齢に伴って心身が衰えた状態となるフレイルが課題となる。加齢に伴う口腔機能の低下がオーラルフレイルであり、オーラルフレイルはフレイルの前段階でもある。オーラルフレイルでは、食べこぼし、咀嚼ができないものが増える、嚥下がうまくできない、滑舌が悪くなる等の症状が起こる。さらに、咀嚼がうまくできなくなることで、柔らかい食物を好んで摂取するようになり、咀嚼力の低下を来すという悪循環が生じる。咀嚼は脳血流の増加により認知症を予防したり、消化吸収や唾液分泌を促進する。咀嚼力を維持するためにも、歯や歯肉を良好に保つことが重要であり、継続的な口腔ケアが必要である。

3) 口腔環境が関連する疾病について

歯周病が関与している疾患として、アルツハイマー型認知症、脳梗塞、動脈硬化、心血管疾患、骨粗鬆症などがある⁹⁾。歯周病菌が歯肉を通じて血管内に侵入することで、全身性の炎症が惹起され、炎症によって耐糖能異常や動脈硬化が引き起こされて、最終的に脳血管疾患や虚血性心疾患につながる(図1)。以上から、口腔ケアは食事や呼吸のような生命の維持や健康増進に直結し、さらに社会生活を営む上で要となる、話す・表情を作るといったコミュニケーション機能を維持するために必要不可欠なケアであり、健康的でQOLの高い日常生活を送るために重要なケアである。

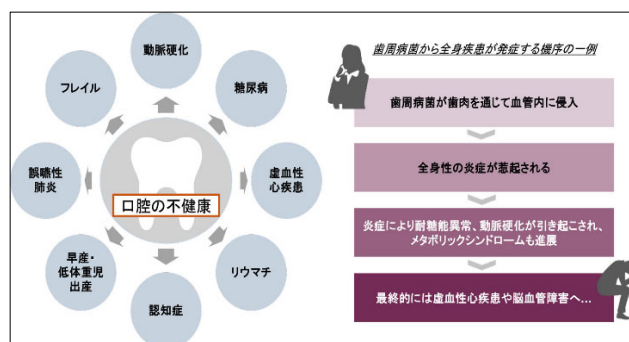


図1.. 口腔の不健康が及ぼす全身への影響 口腔ケアが健康の力を握る (From Oral to Overall Health) |三菱UFJリサーチ&コンサルティングより⁸⁾

IV. 参加者の反応

セミナー終了後、任意で無記名のアンケート調査を実施し、参加した教員及び学生の96名より回答が得られた。

参加動機は、「今後の活用」が54名（56.3%）、次いで「テーマへの興味」が38名（39.6%）、「上司・友人からの勧め」が29名（30.2%）であった。図2に参加動機の内訳を示した。

理解度は、「理解できた」が77名（80.2%）、「やや理解できた」が19名（19.8%）と、参加者の理解度は高かったといえる。また、講演の満足度については、「満足であった」が82名（85.4%）、「やや満足であった」が14名（14.6%）と、参加者の満足度は高かったと考える。セミナーの内容について、今後役立つかの問いに対しては、「役立つ」とが88名（91.7%）、「やや役立つ」が8名（8.3%）であり、参加者にとって有益なセミナー内容であったと考える。

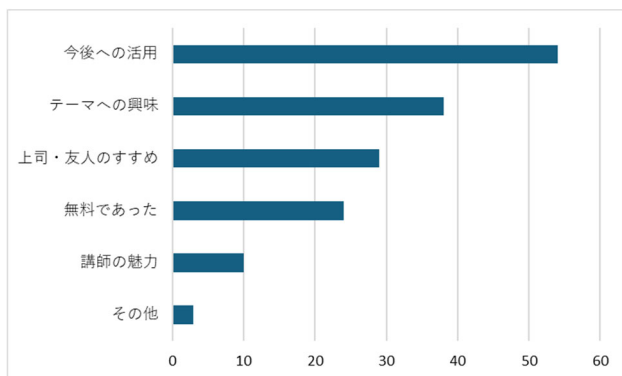


図2. 参加者の参加動機

セミナーへの意見・感想として、23名からの記載があった。主な内容を以下に示す。

〈学部学生〉

- ・ 口腔ケアの大切さについて学ぶことが出来たと感じました。今後、臨地実習や卒業して就職した時に大切にしていきたいと思いました。また、口腔ケアは高齢者や手の不自由な人という印象があったが、どの年代にも大切になってくると感じました。
- ・ この知識を実習中に活かせるのでこの時期の

セミナー開催は良かったのだと思う。

- ・ メディアで能登地震での口腔ケアの不足から誤嚥性肺炎になることを知り、興味がある内容だったので、今回のセミナーで口腔ケアの重要性とライフサイクルに合わせた必要性を学ぶことができ、貴重な学びを得ることができた。
- ・ わかりやすい資料と解説で、楽しく受講できました。
- ・ 病院では病気を治すことがメインだと考えていたため口腔内の状態を見ること、口腔ケアを習慣づけることの大切さを学んだ。看護計画の中で感染予防のために口腔ケアを立案することはあるが、食後に声掛けをする程度の関わりしかしてこなかったため、歯石による歯肉発赤の有無や歯垢の程度なども観察していくことの重要性を学んだ。また妊娠との関わりもあると知って、歯周病の予防をすることで早産・低出生時出産の危険率が低下するなら妊産婦歯科健診を受けるべきだと感じた。
- ・ 今回のテーマである口腔ケアは、まさに現在の実習で行なっている内容であり、口腔ケアの重要性を再確認するいい機会になったなと実感しました。実習中であり、経口摂取をしない方にとっての口腔ケアの目的というのを改めて考えることができました。大変貴重な機会を頂きありがとうございました。

〈教員〉

- ・ 口腔ケアは身近なケアでありながら、その重要性を改めて感じました。看護職は各ライフステージに携わることができるからこそ、口腔ケアの重要性を理解し、発信し、実践していかなければならないと思いました。基礎教育において、学生が口腔ケアに対して高い意識を持てるよう、興味関心を与えられる授業づくりを意識したいです。大変実のあるお話をありがとうございました。
- ・ 興味があるテーマでとても有意義な時間を過ごすことができました。オーラルケアは問題が生じてから実施するのではなく、予防が重要で

あり、胎児期から老年期迄すべてのライフサイクルに関わってくことを再認識しました。

V. おわりに

口腔ケアは、“口の中をきれいにする”ことだけでなく、健康を維持して社会の中で生きていく上で大変重要な位置づけとなる。そして、すべてライフサイクルにおいて欠かすことのできないケアである。看護学生からその意義や重要性を十分認識する必要があり、幅広い対象者に向けて口腔ケアの重要性を発信したいと今回のセミナーを企画した。

西條英人先生には、日々の手術や診療のお忙しい中で、講演依頼に対してご快諾をいただくことができた。講演では、ご自身の臨床と研究に基づいた口唇口蓋裂治療や出生前カウンセリングのお話しに加え、海外医療援助活動についてもお話しをいただくことができ、参加者の興味関心を惹き、学部生にとってもわかりやすく理解できるセミナーとなった。

終盤では、研究や臨床の側面から質疑応答が活発に行われ、臨地実習中の学生が、講演後に受け持ち患者の口腔ケアについて相談する場面も見受けられた。参加者の反応からも、今回のセミナー内容は今後の臨床や研究において活用が期待でき、理解度、満足度も高かったセミナーであった。

最後に、本セミナーにご参加いただきました皆様、企画・運営に際してご尽力いただきました関係の皆様に心より御礼申し上げます。お忙しい中、講演に際して準備いただきました西條英人先生に深謝いたします。

引用文献

- 1) 日本口腔ケア学会 <https://www.oralcare-jp.org/about01/> (2023年2月3日閲覧)。
- 2) Petersen PE, Yamamoto T. Improving the oral health of older people: the approach of the WHO Global Oral Health

Programme. Community dentistry and oral epidemiology. 2005;33(2): 81-92.

- 3) 米山武義, 吉田光由, 佐々木英忠, 他. 要介護高齢者に対する口腔衛生の誤嚥性肺炎予防効果に関する研究. 日歯医学会誌. 2001; 20: 58-68.
- 4) Yoshida, M., Morikawa, H., Kanehisa, Y., et al. Functional dental occlusion may prevent falls in elderly individuals with dementia. J Am Geriatr Soc. 2005; 53(9):1631-2.
- 5) 横塚あゆ子, 隅田 好美, 日山 邦枝, 他. 病棟看護師の口腔ケアに対する認識 一病棟の特性および臨床経験年数別の比較一. 老年医学. 2012; 27(2): 87-96.
- 6) Henderson, V. 看護の基本となるもの. 日本看護協会出版会. 2023; 再新装版. 12-17. 東京.
- 7) Haresaku, S., Miyoshi, M., Kubota, K., et al. Current status and future prospects for oral care education in Bachelor of Nursing curriculums: A Japanese cross-sectional study. Japan Journal of Nursing Science, 2023, 20.2: e12521.
- 8) 口腔ケアが健康のカギを握る (From Oral to Overall Health) 三菱UFJ リサーチ&コンサルティング. https://www.murc.jp/library/report/sip_23_0313/ (2023年2月3日閲覧)。
- 9) 日本臨床歯周病学会 歯周病が全身に及ぼす影響 <https://www.jacp.net/perio/effect/> (2023年2月3日閲覧)。

企画・運営

本セミナーは、2023年度生命健康科学研究所の助成を受けて実施した。

〔企画委員〕

城憲秀、小松万喜子、堀井直子、大村知子、白石知子、渋谷菜穂子、早瀬良、横手直美、江尻晴美

〔運営委員〕

三輪美紀、田中美帆、山本司、富井友香

Title: Report of the 7th Joint Seminar of the Division of Nursing, Health Science Hills, Institute of Life and Health Sciences, Chubu University

Author(s): Ejiri Harumi^{1, 2)}, Arakawa Naoko¹⁾, Daioku Tomihiko¹⁾

Address(es): ¹⁾Department of Nursing, College of Life and Health Sciences, and ²⁾Institute of Life and Health Sciences, Chubu University, 1200 Matsumoto, Kasugai, Aichi 487-8501, Japan

Keywords: oral care, oral health, life cycle