

発行 徳島県歯科医師会 在宅歯科医療連携室

〒770-0003 徳島市北田宮Ⅰ丁目 8-65

TEL (080)2987-4838 MAIL zaitaku-pc@tda.or.jp

こうくうきのうていかしょう 『口腔機能低下症』の診断と予防

歯科医院での検査で早期発見をしましょう！

食べる・しゃべるには、歯だけでなく舌やくちびるの働きが関わっています。

うまく機能しているか、定期的にチェックすることが大切です。

口腔機能精密検査という 7 つの項目の検査で、ご自身のお口の機能がどのような状態にあるのかを知ることができるようになりました。口腔機能がきちんと働いているか、歯科医院で診てもらいましょう。

健康

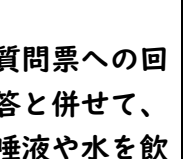
オーラルフレイル

口腔機能低下症

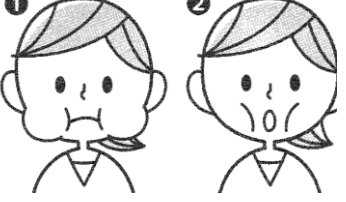
口腔機能障害

★★★★診断は 7 つの検査でお口の機能をチェック！★★★★

※ 3 つ以上の機能低下が認められた場合に口腔機能低下症と診断されます

1	2	3	4	5	6	7
お口の汚れ	お口の乾燥	噛む力	舌や唇の動き	舌の力	咀嚼率	飲み込む力
						
舌の細菌量をはかります	舌の水分量をはかります	噛みしめる力をはかります	発音回数をカウントします	舌で押しつぶす力をはかります	グミゼリーを噛んで評価します	質問票への回答と併せて、唾液や水を飲んで評価します

☆毎日できる予防対策☆ ～無理なくできることから始めましょう～

唾液腺マッサージ  顎下腺 耳下腺 舌下腺	お口の中を清潔に保つ やさしく丁寧に 	頬のストツレッチ 膨らませたりすぼめたり 	「パ」「タ」「カ」「ラ」 早く大きな声で 舌・口唇・頬の強化 
---	---	--	--

「百面相をする・歌を歌う・大きな声で笑う」など ご自身でできそうなことを探してみましょう

在宅歯科医療連携室では、歯科衛生士が皆さまからのお電話を受け付けています。お身体の状態で歯科医院に通院できない場合や、かかりつけの歯科医をお持ちでない場合、歯科医院をご紹介します。

お気軽にご相談ください。

スタッフ一同