

健やかねっと

健和会大手町病院 広報誌 SUKOYAKA NET

2023

vol.107

11月号



食べることと口腔ケア 適切な口腔ケアは 治療への第一歩

健やかTOPICS	2・3	美味しく、楽しく食事ができていますか.....	5
職場だより(大手町病院附属歯科診療所)	4	外来担当医師	6



食べることと口腔ケア 適切な口腔ケアは治療への第一歩

皆さんは、普段からおいしく楽しく食事をされていますか？ 普段の歯磨きだけでなく、適切な口腔ケアを通して「お口の健康」を保つことが、普段の食事の質を高め、健康な体を作り上げます。今回は、「食べることと口腔ケア」というテーマについて、座談会形式でお伝えします。入院患者さんの口腔ケアの視点で、管理栄養士、看護師、歯科医師、歯科衛生士の4部門の立場から話を聞きました。

健和会大手町病院
看護師 岩崎 日香
管理栄養士 根子 和恵

大手町病院附属歯科診療所
歯科医師 小松 光恵
歯科衛生士 山本 絵美

食べることと口腔ケアの繋がり

司会) 健康に生きるうえで、「口から食べること」はとても重要と感じます。看護師、管理栄養士の立場から「食べること」の重要性について教えてください。

根子) 私たち病院の栄養部門が入院患者さんに提供する食事は治療の一環です。栄養面が考慮され、安全であることは前提ですが、「おいしく食べることも重要だと思っています。食事に関して、嗜好調査を実施し、患者さんそれぞれに合わせたおいしい食事が提供できるように努めています。また、新病院移転後には温冷配膳車を導入し、適温での食事の提供が可能になりました。おいしく見える盛り付けなど、日々研究を重ねています。

患者さんによっては嚥下機能の低下や口腔内の状態により、普通の食事ができない方もいらっしゃいます。料理形態も普通食からミキサー食まで5段階揃えています。2022年からはソフト食も導入しました。どんな状態でも「口から食べる」を大切にしたい食事を提供しています。

岩崎) 看護部門では、入院患者さんの「口から食べる」に重点をおいた口腔ケアを実施しています。お口の中を清潔に保つだけでなく、誤嚥の防止など、口腔機能の改善をはかるためのケアです。固形物を噛んで食べられるようになることを目標に、隣接する大手町歯科と連携できるというメリットをいかした口腔ケアに取り組んでいます。



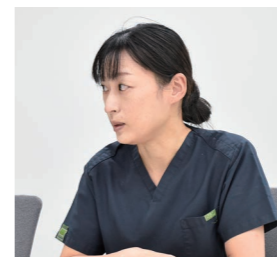
司会) 口腔内環境が食べるということにどう影響するのか、歯科医師の立場から口腔内環境の重要性について教えてください。

小松) 口腔には、咀嚼、嚥下することのほかに、唾液の分泌、味覚など様々な機能があります。歯周病、義歯の不具合、口腔乾燥などにより、口から食べることが困難になります。そうすると生活の質が低下してしまうため、適切な治療と口腔ケアで口腔機能を維持することが大切です。

口腔機能が維持されていないと どうなる？

司会) 口腔機能が維持されていないと、どのような症状が引き起こされますか？

小松) 口腔内には約700種類もの細菌が生息しており、口腔機能の低下によって虫歯や歯周病の進行だけでなく、カンジダ症、誤嚥性肺炎、感染性心内膜炎など様々な合併症が引き起こされてしまいます。また口腔乾燥や口腔汚染により味覚も正常に働きにくくなり、食事がおいしく感じにくくなります。すると食べる楽しみの喪失や食事が減り、体重減少や体力・免疫力の低下にもつながります。



口腔ケアで大事な意識

司会) 歯科衛生士、看護師の立場から病棟の口腔ケアで意識していることを聞かせてください。

山本) 口腔ケアで特に意識していることは、口腔機能の改善による自浄作用の回復です。経口摂取していない患者さんの口は大変乾燥して汚れています。保湿をしつつ、小唾液腺を刺激して自浄作用の回復をはかるとともに、口腔の運動機能の改善、例えば舌・頬の可動性の改善を行います。口腔ケアが疎かになると剥離上皮膜（口腔粘膜に付着した汚れ）も見られるようになり、時間がたったものは除去に時間がかかります。たとえ歯の無い患者さんであっても、歯ブラシでしっかり磨いて汚れを除去します。



岩崎) お口の汚れをしっかりと落とすために、口腔ケアを適時実施することが大切だと考えています。汚れを残すとまたそこに汚れが付着し、痰が絡み、不顕性誤嚥から誤嚥性肺炎にもなりかねません。理想としては一日三回の口腔ケアが望ましいですが、特に細菌が繁殖しやすい就寝時に備えての夜間の口腔ケアが大切です。

NST栄養サポートチームの取り組み

司会) 健和会大手町病院では、入院患者さんの口腔ケアに対して、NST栄養サポートチームを中心に取り組まれていると思います。取り組み内容を簡潔に紹介してください。

岩崎) 当院では2004年に全科型NSTが稼働開始し、多職種チームによる口腔ケアに取り組んできました。2011年からはNSTの臨床実地修練施設として、法人内外から100名以上の研修生を受け入れてきました。5日間の学習期間の中では、口腔ケアも取り入れ、看護師や歯科衛生士による講義と技術指導を行っています。2016年には診療報酬上の歯科医師連携加算取得を開始しましたが、それ以前から医科歯科連携に取り組んできました。

山本) 私たち歯科衛生士もNST回診に参加しています。回診時の印象的なエピソードをひとつ紹介します。医師と挨拶程度しか反応がなかった患者さんの口腔内を診たところ、総義歯が入っており、ひどく汚れていました。義歯を洗い、ガーゼで口腔内の汚れを拭き、小唾液腺をマッサージするという2分程度のケアを実施しました。その後、見違えるほど話し出したので、その場にいたスタッフ同士で驚きを覚えたことがあります。口腔ケアは脳内血流をよくする効果が実感できたエピソードでした。

NST栄養サポートチームの取り組み経過

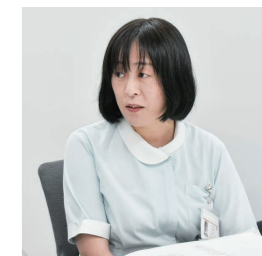
- 2004年 全科型NST稼働
- 2010年 管理栄養士専従配置
- 2010年 日本静脈経腸栄養学会（日本臨床栄養代謝学会）NST専門療法士認定制度 認定教育施設認定
- 2011年 臨床実地修練開始
- 2016年 歯科医師連携加算取得開始
- 2020年 管理栄養士専任配置（2名）
早期栄養介入管理開始

臨床実地修練受け入れ 103名（法人内44名 法人外59名）

今後の展望

司会) 最後にそれぞれの立場から、今後の展望を聞かせてください。

根子) 食事は入院生活の楽しみであると思っています。今後も年に一回の法人内の料理コンクールなど調理技術の向上と、NSTをはじめ多職種と連携し、ひとりひとりにあった食事の提供を行いたいと思います。



岩崎) 看護部門では、定期的な口腔ケア学習会を行っています。どういったケアをすればどのような効果が得られるのかというデータを示しながら、適切な口腔ケアは患者さんにこんな効果を生ませてあげることができるという気づきを共有しています。口腔ケアは、器質的・機能的ケア（味覚や口臭の改善、歯周病予防、口腔機能の維持や回復）にも重要となってくるので、しっかり取り組んでいきたいと思っています。

小松) 近年、口腔状態と全身の健康状態の関連が数多くの研究発表などで報告されていることから、歯科治療や口腔ケアは健康な生活に不可欠だと考えています。医療の現場では、患者さんごとに健康状態や口腔汚染状態は異なり、ケアが困難な方もいらっしゃると思います。今後は、歯科からケア実施者への技術指導を行う機会も作ってほしいと思っています。

山本) 現場での口腔ケアが適切に行えるよう、患者さん一人ひとりに適した口腔ケア用具をすすめたり、多職種でより効率的に口腔ケアが回るようなアドバイスなど、医科歯科連携を深めていければと思っています。

口腔ケアについてのご相談は
健和会大手町病院附属歯科診療所 ☎093-582-0303 まで

職場 だより

大手町病院
付属歯科
診療所



誰でもかかることのできる 歯医者さんです

こんにちは、健和会大手町病院付属歯科診療所の所長
をしています園田です。この度は当診療所を紹介する
機会を頂きありがとうございます。



大手町病院付属歯科診療所
所長 園田 聡

歯科診療所が新しくなっています

ご存じの方も多いと思いますが、当診療所
は2年前の大手町病院の新築移転に伴い現在の
新しい建物に新築移転しました。大手町病院
の北側に位置する診療所の建物の1階にあ
ります。治療用のユニットが6台備えており、

半個室で余裕のある診療室となっています。
スタッフは歯科医師2名、歯科衛生士6名、事
務1名、受付1名の10名で日々の診療に当た
っています。

どなたでも安心してかかって頂けます

当診療所は大手町病院との連携が特長です。
大手町病院にご入院中の患者さんの歯科往診
や口腔ケアを積極的に行い、大手町病院の医
師・看護と連携して安心、安全な歯科治療を進
めています。また、近隣の九州歯科大学とも連
携していますので、より専門的な知識が必要
な治療にも対応します。

当診療所は病院付属の事業所ではありますが、
近隣の皆さまにもご受診頂き、地域に根差
した歯科医療・口腔ケアに努めています。

受診されたことがある方もそうでない方も
お口のことでお困りの際にはお気軽にご連絡
ください。

※当診療所は予約制となっておりますので、ご受診を希望される場合は
必ずご連絡頂きご予約をお願い致します。TEL 093-592-0303
※診療体制上変更する場合があります。お電話にてお問い合わせください。

医師別診療体制表

	月	火	水	木	金	土
園田 Dr.	○ 10:45~ 19:00	往診 9:00~17:00		○ 9:00~17:00	○ 9:00~19:00	
小松 Dr.	往診 9:00~17:00	○ 10:45~ 19:00	○ 9:00~17:00	○ 10:45~ 19:00	往診 9:00~17:00	○※第2・4 9:00~17:00

美味しく 楽しく 食事ができていますか？

誤嚥という言葉に聞き覚えはありますか？誤嚥とは唾液や食物、胃液などが気管に入ってしまうことを言います。
その食物や唾液に含まれた細菌が気管から肺に入ることによって起こるのが誤嚥性肺炎です。加齢とともに食べる力が落
ちてしまい“誤嚥”を起こしやすくなってしまいます。嚥下体操を行い、美味しく楽しく食事を行いましょう。

えんげたいそう 嚥下体操

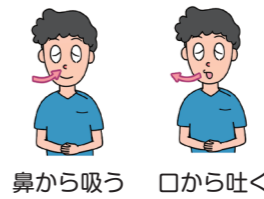
- ・椅子に深く座る
- ・背筋を伸ばす
- ・両足をしっかりと地面に着ける



まずは
姿勢を
整える！

①深呼吸

お腹に手を当てて、ゆっくりと深呼吸。



鼻から吸う 口から吐く

②肩の運動

肩をまわします。

前から後ろ、後ろか
ら前へと、どちらも
ゆっくりと。



③首の運動

首をまわします。

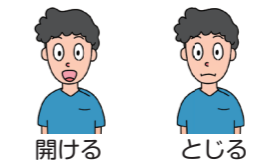
右回し、左回し、
両方も。



ゆっくり回す

④くちの運動

くちを大きく開けると、しっかり
閉じるのを繰り返す。



開ける とじる

⑤くちの運動2

「い〜」と横に引く。
「う〜」と尖らせる。



横に 前に

⑥頬の運動

ほっぺたに空気をためて膨らませる、
反対にすぼめるを繰り返す。



ふくらます

すぼめる

⑦舌の運動

舌を大きく動かす。



前に出す 上に向ける 左・右

⑧発音練習

「パ・タ・カ・ラ」
それぞれを、
ゆっくりはっきり
と繰り返す。



リハツバダ

食べやすい姿勢



- 1 背筋を伸ばしてあごを軽く引き、やや前かがみ
- 2 背もたれのあるいすに深く腰掛ける
- 3 テーブルの高さは、腕を乗せてひじが90度に曲がる程度
- 4 体とテーブルの間はこぶし一つ分くらい開ける
- 5 いすの高さはひざが90度に曲がる程度
- 6 足は床につける

姿勢も
大切！

正しい姿勢でゆっくり
口のため込み過ぎずに食べましょう

専門職がチームとなり嚥下機能(飲み込む機能)や口腔内の評価を行って、安心してご自宅での食事が楽しめるように、必要な指導やサポートを行います。

ホームページにて詳細を記載しておりますので、ぜひご活用ください。



担当
田尻 真帆
(大手町病院
言語聴覚士)

外来担当医師 (11月予定)

診療受付 午前…8:40～11:30 午後…13:30～16:00 ※午後は予約のみです。
(初診の受付は午前 8:40～11:00まで)

診療時間 午前…9:00～12:00 午後…14:00～17:00

休診日 日曜・祝日、第2・4土曜、年末年始(12月30日～1月3日)

11月							12月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4						1	2
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30
							31						

ご注意ください

- 第2・第4土曜日は休診になります。
- 診療体制が変更される場合がありますので、詳細はお問い合わせください。
- 午後の内科診療は、予約の方を対象とした専門外来のみです。
- 水曜の耳鼻科は検査のため11時以降1時間程度中断することがあります。

	月	火	水	木	金	土
内科	午前 鐘ヶ江靖夫(初・循環器) 下園孝治(初・再診) 是永秀樹(糖尿) 山口征啓(初診)	内村作子(糖尿) (3週除く) 田場正直(循環器) 下園孝治(初診) 龍野奈央子(消化器) 根井貴仁(SAS)	渡辺周(初・血液) 是永秀樹(糖尿) 原田浩介(初・再診) 竹中仁(循環器) 春木明代(脳神経内科)	下園孝治(初・再診) 佐竹真明(消化器) 中尾英太郎(初診) (不定期) 河野俊一(循環器) (4週除く) 井上三保子(高血圧)	非常勤医師(膠原病) 内村作子(内科・糖尿) 下園孝治(初・再診) 阿部陽子(初診)	田場正直(循環器) 是永秀樹(糖尿) 非常勤医師(初診)
外科	午前 松山晋平 松山純子	三宅亮 久保佑樹	古城都 梅田滉弥	三宅亮 香川正樹	山下さくら 奥川郁	①三宅亮③古城都 ⑤松山純子
整形外科	午前 酒井和裕(手外科) 馬渡玲子	古川雄樹(手外科) 濱崎将弘(脊椎外科)	吉野興一郎(リウマチ) 原口和史(関節外科)	永吉信介 酒井和裕 (手外科・スポーツ) 久保博之	古川雄樹(手外科) 濱崎将弘(脊椎外科)	輪番 ③辻王成
脳神経外科	午前 岡崎光希(初・再診)	藤山雄一(初・再診)		岡崎光希(初・再診)	藤山雄一(初・再診)	①⑤輪番 ③末廣栄一
産婦人科	午前 佐々木俊雄 今井彰子 妹尾悠	佐々木俊雄 今井彰子	佐々木俊雄 今井彰子 妹尾悠	佐々木俊雄 今井彰子	佐々木俊雄 今井彰子 妹尾悠	輪番
耳鼻科	午前 土生秀明 増野賢二	増野賢二	土生秀明 増野賢二	土生秀明 増野賢二	土生秀明 増野賢二	土生秀明
皮膚科	午前 山本淳子	田島翔子	大橋隆宏	山本淳子	田島翔子	輪番
形成外科	午前 増田大介	多田英行	増田大介		多田英行	輪番
泌尿器科	午前 菅野貴洋	松田健二	栗栖弘明	池田英夫	池田英夫	輪番
眼科	午前 高尾瑞季(産医大)	奥一真(産医大)	浅野真美加(産医大)		浅野真美加(産医大)	

午後 (予約制)	高血圧	井上三保子(月曜)
	脳神経外科	パーキンソン・てんかん・痛み専門(①③⑤月曜・①土曜) 井本浩哉(山口大学脳神経外科)
	労働衛生	田村昭彦(第2・4月曜)
	病理診断	松木康真(水曜・金曜)
	フットケア外来	石井義輝(第2火曜)
	消化器内科	大野朋子(水曜)
	循環器内科	河野俊一(第2木曜/13:30～17:00)
	呼吸器内科	茂見紗喜(火曜/13:00～16:00)
	呼吸器内科	榎原秀樹(金曜/14:00～17:00)

インフォメーション Information

- **職種** 事務員 (医師事務作業補助者)
- **雇用区分** パート
- **勤務時間** 08:40～16:30(休憩50分) 実労働7時間
- **勤務日数** 週5日勤務
- **休日** 週2日 (日・祝日、第2・4土)

事務員(医師事務作業補助者)として、 ともに働く仲間を募集しています。

- **賃金** 時給1,000円～、交通費支給(規程あり)
- **勤務地** 健和会大手町病院 (新築の綺麗な建物です。)
- **その他** 社会保険完備、賞与年2回、育児・介護休業制度あり
- **資格** 経験不問、未経験者歓迎
- **業務内容**
 - ①電子カルテ代行入力やデータ登録
 - ②患者への検査説明の補助や次回受診の案内
 - ③文書作成補助など

医師の指示のもと事務作業を行うことで、医師の業務負担軽減に貢献するやりがいのある仕事です。



ご応募・ご連絡先

健和会大手町病院 医師団事務部
医師支援事務課 担当:吉本
〒803-0814
北九州市小倉北区大手町13番1号
☎電話 093-592-5511(内線7522)
お気軽にお問い合わせください。

