

磨かせてくれない原因と対応策

→歯磨きを嫌がるときは、さまざまな問題があります。

原因(問題点)	対応策
口の中 <ul style="list-style-type: none"> ・むし歯 ・口内炎 ・グラグラしている歯がある ・つめものがとれている 	<ul style="list-style-type: none"> ・口の中をよく観察し、痛みが伴うところは注意して磨く ・歯科で相談・受診
生理的なこと <ul style="list-style-type: none"> ・眠い時 ・体調の悪い時 	<ul style="list-style-type: none"> ・柔らかい歯ブラシを使用 ・優しく磨く
関わり方 <ul style="list-style-type: none"> ・黙って磨いている ・怒りながら磨いている 	<ul style="list-style-type: none"> ・生活リズムを整える ・眠い時や体調の悪い時は、避けて機嫌の良い時に行う
磨き方 <ul style="list-style-type: none"> ・つらい姿勢 ・無理に唇を引っ張る ・ゴシゴシ磨き ・小帯(ひだ)に当たっている 	<ul style="list-style-type: none"> ・優しく丁寧な関わり ・磨き方や介助方法の改善

* 他にも次のような原因があります

- ・ 心理的拒否 ... 過去の不快な歯磨き体験から心理的ダメージとなって拒否反応がみられる。優しく丁寧な関わりと励ましやほめ言葉などの声かけをして今までの歯磨きに対するイメージを是正していくことが必要。
- ・ 触覚過敏 ... 誰が磨いても、どんな刺激でも、口や身体に触れた直後から力が入り、拒否反応がみられる。触れられることに少しずつ慣れるように、触覚過敏の除去が必要。
歯科医師・歯科衛生士にご相談ください。

(2015.9)

障害のある方への 歯磨き介助



東京都立心身障害者口腔保健センター

〒162-0823 東京都新宿区神楽河岸1-1
 セントラルプラザ事務棟8・9階
 TEL 03-3267-6480 (診療予約)
 FAX 03-3269-1213
 URL <http://www.tokyo-ohc.org/>

<基本的な磨き方>

①歯ブラシの持ち方



鉛筆持ちで持つ

POINT

- ・強く握ると、磨く力が強くなるため軽く持つとよい

②歯ブラシの当て方と磨き方

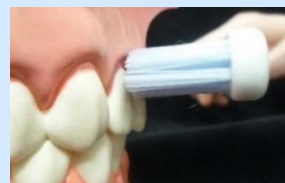


歯と歯肉の境目に毛先を当て、細かく動かす

POINT

- ・口の中の感覚が敏感な場合は、柔らかい歯ブラシで優しく磨く

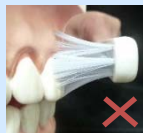
③磨く力



毛先が広がらない程度の力で磨く

注意!!

- ・毛先が広がると力の入れすぎ!



<磨く姿勢>

①座位対面



背が高いときは、座らせて磨くと見やすい

②立位対面



立たせて磨く時は壁を背にして磨くと姿勢が安定する

③座位後方



POINT

- ・自分の体で対象者の上半身を支え、腕で頭を固定する
- ・密着させることで姿勢が安定する

頭や身体が動いてしまう場合は、後ろから抱え込んで磨く

④寝かせ磨き



姿勢が不安定なときや口の中をしっかりと見たいときは寝かせて磨く



ソファで上半身と頭を支えながら磨くと、口の中が見やすく、手が挙がるのも防ぐことができる

<口唇や頬のよけ方>

<前歯>



左手の人差し指を深く入れ、指の腹全体を使って広げる

POINT

- ・対象者の右側を磨くときに有効 (左側は③座位後方の姿勢が磨きやすい)

<奥歯>



<開口の誘導と保持>

「口を開けない」「すぐに閉じてしまう」ときには下あごの介助が必要。



下唇の内側に指の腹を入れ、あごを下方へ押し下げて開口を誘導する。

更に、押し下げた指と手のひら全体で下あごを保持する。

POINT

- ・「お口を開けて」など声かけをしながら行う

<関わり方>

歯磨きが不快な体験とならないように、やさしく丁寧な関わりが重要。

POINT

- ・優しい声かけや表情で磨く
- ・できた時はよくほめる
- ・我慢の目安をつくる
 - 10回ずつ数える
 - 砂時計やタイマーを使う

1.2.3....10!!

上手だね!!
次は反対側も10だよ

<注意点>

上唇をめくった時に真ん中にある「ひだ」(上唇小帯)に**注意!!**歯ブラシが当たると傷つきやすく痛みを感じる。



POINT

- ・指の腹で上唇をよけながら、「ひだ」をガードして磨く



POINT

- ・ベッド上では、枕やタオルをいれてあごを下げるとむせにくい