

★早期に気づくためのポイント★

A. 汚れ（歯、入れ歯、舌）

- 歯や入れ歯の汚れ
- 舌の汚れ

B. 口臭

- 通常の会話をする距離で、気になる口臭がしばしば感じられる
※ニンニク等の食事によりたまに気になる口臭がある場合は「なし」とする

C. 口元の表情の乏しさ

- 笑顔が少ない
- 笑顔がわかりにくい
- 表情を変えることが少ない

D. 会話の問題（発音がはっきりしない、しゃべりにくい等）

- 発音がはっきりしない
- 舌がもつれる
- 話す速度が遅い
- 会話が少ない
- 声が枯れている
- 声が小さい

E. 飲み込んだ後の口の中に食べ物が残っている

- 「ごっくん」と食べ物を飲み込んだ後に「唇と歯ぐきの間」、「舌と歯ぐきの間」「入れ歯と歯ぐきの間」に食べ物がある場合
- 食後にうがいをしたとき、吐き出した水に食べ物が含まれている場合
- 入れ歯をはずしたとき、入れ歯に食べ物がついている場合

スクリーニングシート（口腔機能）

氏名 _____ 令和 ____ 年 ____ 月 ____ 日

お口のチェックシート

ステップ1 口腔ケアの必要性チェック	ステップ2 歯科受診の必要性チェック
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 歯みがきがうまくできない <input type="checkbox"/> ぶくぶくうがいがかうまくできない <input type="checkbox"/> 入れ歯のお掃除がうまくできない <input type="checkbox"/> 口が渇く <input type="checkbox"/> 口臭が気になる <input type="checkbox"/> 舌の色が気になる <input type="checkbox"/> 肺炎をくり返している <input type="checkbox"/> 最近体重が減ってきた <input type="checkbox"/> 他に口で気になることがある <p>(_____)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 口の中が痛い、しみるところがある <input type="checkbox"/> 歯が欠けたり、被せ物が取れたりしている <input type="checkbox"/> 歯が抜けたままになっている <input type="checkbox"/> 歯ぐきの出血や歯ぐきが腫れたりしている <input type="checkbox"/> 歯がぐらぐらと浮いたような感じがする <input type="checkbox"/> 入れ歯の調子が悪い。入れ歯が壊れている <input type="checkbox"/> 硬いものが食べにくく食事に時間がかかる <input type="checkbox"/> 食べ物が飲み込みにくい <input type="checkbox"/> 食事中にむせやすい。のどがゴロゴロする

上記項目で「1 つでも該当がある方」は、口腔ケアの指導や介助が必要です。

【参考文献】

- 2) 厚生労働省：介護予防マニュアル（改訂版平成 24 年 3 月）、口腔機能向上マニュアル 注意点の見方、参考資料 5-1
- 3) 長崎市歯科医師会パンフレット（一部抜粋）