群馬県健康福祉部健康長寿社会づくり推進課委託事業
「令和７年度介護関係職種のための口腔機能管理研修会」

岡山大学大学院医歯薬学総合研究科
附属医療教育センター
園井　教裕

1

今日の概要

1. 背景

2. 口腔内を見るポイント

3. OHATの活用と各項目の要点

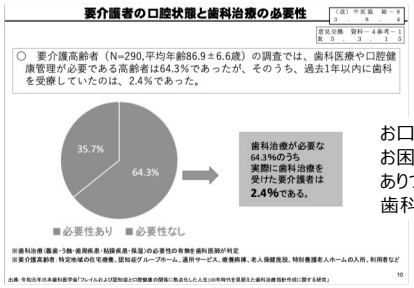
4. 口腔機能と食支援

5. がん終末期における支援

6. 訪問歯科診療の必要性

2

この課題を解決するにはどうすればいいのか？



お口の中のことで
お困りごとが
ありつつも
歯科に繋がっていない

厚生労働省　社会保障審議会　介護給付費分科会（第232回）資料５
https://www.mhlw.go.jp/content/12300000/001171213.pdf

ケアマネージャーの皆様のお力が頼りです

3

利用者様のお口の中を見るのは確かに難しい

- お口の中が見えづらい
- お口の中が見えたとしても、現在のお口の中が問題があるのか, ないのかが分かりづらい

聞き取りだけでは十分ではない

4

口を開けていただけない時に気をつけたいこと

- 軽く声かけをしただけで，すぐに口唇に触れる。
- 口唇が乾燥しているのにそのまま口唇に触れ，口唇や口角を傷つける。
- 口腔内をよく見ずに歯茎が赤かったり，腫れている部分に触れる。

参考：加藤節子．リハビリナース，2018

◆ **無理をせずに対応する**

◆ **歯科へ相談する**

5

歯科受診に関する1つの提案

●「1（やや不良）」
（歯科受診が必要）
➡ 利用者様に明らかな自覚症状がある
➡ 虫歯や入れ歯の破損がある

（歯科受診の検討）
➡ その他

●「2（病的）」
➡ 1つでもあれば歯科受診が必要

6

なぜスクリーニングが必要なのか？

- 口腔内を把握するため
- 歯科受診が必要かを判断するため
- 口腔に対してどの程度の配慮が必要かを判断する材料になる

個々に応じた口腔ケアプランの作成につながる

7

OHATの項目

- 口唇
- 舌
- 歯肉、粘膜
- 唾液
- 残存歯
- 義歯
- 口腔清掃
- 歯痛

これらの項目の中から、皆様に知っていただきたい情報をお伝えしたいと思います。

8

口唇　口角炎の原因

- カンジダ
- 口唇の乾燥
- ビタミンB2, B6の不足
- 口角を舐める
- 噛み合わせの問題（口角に唾液が溜まる）

Illustration by Chat GPT

ステロイド系の軟膏はかえって悪化する可能性がある

9

歯肉、粘膜　歯周病とは？

- 歯周病原細菌によって引き起こされる感染性炎症性疾患（細菌によって起こる感染症）
- 歯肉，セメント質，歯根膜および歯槽骨よりなる歯周組織におこる疾患（歯肉に限局していない）

参考：（編）日本歯周病学会．歯周治療のガイドライン 2022
https://www.perio.jp/publication/upload_file/guideline_perio_2022.pdf?20241021

10

歯肉、粘膜　歯周病の治療は？

歯周病は「細菌感染症」

原因（細菌）除去が原則

参考：（編）日本歯周病学会．歯周治療のガイドライン 2022
https://www.perio.jp/publication/upload_file/guideline_perio_2022.pdf?20241021

歯周病は薬では治らない

11

歯肉、粘膜　歯周病と大腸がん

歯周病の原因細菌の１つである*Fusobacterium nucleatum*が大腸がんの発がんや進行に関連していると複数報告されている。
（Castellarin M et al., Genome Res. 2012)など

大腸がん患者の唾液と大腸がん組織で*Fusobacterium nucleatum* の共通の菌株であったことで、大腸癌組織の*Fusobacterium nucleatum* が口腔内に由来することがわかった。
（Komiya Y et al., Gut. 2019）

歯周病の治療を行うことで、便の*Fusobacterium nucleatum*が減少する。
（Yoshihara T et al., Sci Rep. 2021）

現在トピックと言えるところであり、解明が期待される

12

歯肉、粘膜　残存歯　歯周病とう蝕（虫歯）の共通点

- 「細菌感染症」
- 「生活習慣病」
- 症状を繰り返しながら、悪くなっている
- 一度壊れると、元に戻らない

13

歯肉、粘膜　歯肉増殖を起こす可能性のある薬

- フェニトイン（抗てんかん薬・ヒダントイン系薬）
- ニフェジピン（降圧薬・Ca拮抗薬）
- シクロスポリンA（免疫抑制薬・カルシニューリン阻害薬）

参考：（編）日本歯周病学会．歯周治療のガイドライン 2022
https://www.perio.jp/publication/upload_file/guideline_perio_2022.pdf?20241021

歯ぐきの状態が何かおかしいなと思ったら、
早めに歯科へご相談ください

14

唾液　口腔乾燥が生じると何が問題か？

1）入れ歯の不具合が出やすい
- 入れ歯がくっつきにくい
- 入れ歯による傷ができやすい

2）ご飯が飲み込みにくい
- 食塊が形成しにくくなる

3）味覚障害を起こしやすい

4）虫歯や歯周病になりやすい

5）舌が痛くなりやすい

食事がしにくくなる

現状を受け入れてしまっていることがある

15

唾液　口腔乾燥と薬剤

薬剤名	軽度	常時	合計（%）
抗高血圧剤	24.0	25.5	49.5
精神安定剤	22.6	31.5	54.1
抗うつ剤	28.6	35.7	64.3
抗パーキンソン剤	45.8	25.0	70.8
利尿剤	20.6	33.3	53.9
服用なし	25.1	8.7	33.8

参考：柿木保明．日補綴会誌，2015

高齢者の方が服用される薬剤が
口腔乾燥を引き起こす可能性がある

16

唾液　年齢別の口腔乾燥自覚度

	常時乾燥	時々・少し乾燥
全体	16.6	26.3
65歳～99歳	27.6	28.5
40歳～64歳	13.3	23.1
20歳～39歳	7.9	24.7
10歳～19歳	4.2	37.5

柿木保明．九州歯会誌，2006／柿木保明．日補綴会誌，2015

- 口腔乾燥は**高齢者に多い**
- 口腔乾燥があるのに**自覚が無い人も多いので**要注意

17

唾液　口腔乾燥と嚥下困難感

	嚥下困難なし	時々・少しある	嚥下困難あり
ある	42.5	20.2	44.3
時々少し	59.7	33	12.3
ない	77.5	11.8	10.7

柿木保明．日補綴会誌，2015

口腔乾燥がある人は**嚥下困難感もある**可能性がある

18

唾液　　口腔乾燥とうがい

「うがいをしておいて下さい」

- 適度なうがいであれば口腔内の保湿になる
- うがいをし過ぎると、唾液中の粘膜の保護成分にダメージを与え、逆効果になることもある。

19

唾液　口腔保湿剤のタイプ別使い分け

- リキッドタイプ
- ジェルタイプ

20

唾液　舌　口腔保湿剤を使用する際の注意点

- 口腔内に残っている古い口腔保湿剤を除去してから新しい口腔保湿剤を薄く塗布するようお願いします。
- 口腔保湿剤が口腔内でダマになっていないか確認をお願いします。
- 口腔保湿剤が必要な方に対して，アルコール入りのマウスウオッシュやイソジンガーグルを使用することは避けて下さい。

舌苔を無理に取ろうとすると、
かえって舌を痛めることがある

21

抗がん剤の副作用

- 口腔乾燥
- 口腔粘膜炎（口内炎）

} 多くの方に出やすい症状

- 口腔カンジダ症
- ヘルペス性口内炎
- 顎骨壊死
- 味覚障害　　など

歯科へご相談ください

22

口腔内にがんが転移する可能性

- 全悪性腫瘍の中で顎口腔領域への転移は1～3%程度
- 国内外の報告で共通して多いのは「肺がん」であるが、乳がんや腎がん、肝がん、大腸がんなどからの転移も多く指摘されている
- 口腔内への転移性腫瘍の場合、予後不良とされている

参考：橋元ら. 石巻赤十字病院誌, 2019

23

残存歯　　咀嚼と血圧

nutrients　MDPI

Article

The Association of Dietary Intake, Oral Health, and Blood Pressure in Older Adults: A Cross-Sectional Observational Study

Pinta Marito [1,2], Yoko Hasegawa [1,3,*], Kayoko Tamaki [4], Ma Therese Sta. Maria [1,5], Tasuku Yoshimoto [1], Hiroshi Kusunoki [4], Shotaro Tsuji [6], Yosuke Wada [7], Takahiro Ono [1], Takashi Sawada [8], Hiromitsu Kishimoto [3] and Ken Shinmura [4,*]

- 奥歯で咬めない（臼歯でかめない）方は、奥歯で咬める（臼歯でかめる）方に比べて高血圧のリスクは**約1.7倍**
- 高血圧の方は緑黄色野菜の摂取量が少ない

咀嚼しやすい加工食品を多く
食べているかもしれない

24

残存歯　　丸のみと誤嚥性肺炎

JOURNAL OF ORAL REHABILITATION
ORIGINAL ARTICLE

Food bolus-forming ability predicts incidence of aspiration pneumonia in nursing home older adults: A prospective observational study

Takashi Hase, Yuka Miura, Gojiro Nakagami, Shigefumi Okamoto, Hiromi Sanada, Junko Sugama ... See fewer authors

Hase t et.al., J Oral Rehabil. 2020

		半年以内に誤嚥性肺炎になった人数
そのままの形	13	9
大小のゼリー混在	46	7
ペースト状	14	1

25

残存歯　義歯　　根面う蝕

入れ歯の針金が
かかっている歯が
折れて、ある日突然
入れ歯が不安定に
なることがある。

Illustration by Chat GPT

26

義歯　入れ歯が合っていなくても訴えがない時がある

- ●痛みがある
- ●上の入れ歯がすぐ落ちる

訴えがある

- ●入れ歯が合っていないにも関わらず、利用者様が「こんなものだろう」と受け入れてしまっている
- ●少し緩いけど我慢している

訴えがない

定期的に歯科医師のチェックを受けた方が良いです

27

義歯　　上の入れ歯が落ちてくる理由

- 上のあごと入れ歯が合っていない
- 口の中が乾燥している
- 奥歯がすり減って、前歯が強く当たっている　など

入れ歯安定剤がマイナスに働く可能性がある

Illustration by Chat GPT

28

義歯　　入れ歯安定剤

使用上の注意

1. 長期連用しないこと。運用する場合には歯科医師に相談すること（歯ぐきがやせる、噛み合わせが悪くなることがある）。
2. 製品の使用中又は使用後に発疹・発赤・かゆみ・はれ等の症状が現れた場合は、直ちに使用を中止し、製品の添付文書を持って医師、歯科医師又は薬剤師に相談すること。
3. 歯ぐきがやせる等により不適合になった入れ歯を製品で安定させるのは一時的な場合とし、できるだけ早く歯科医師に入れ歯の調整を相談すること。

禁忌・禁止

次の人は使用しないこと

1. 製品又はアルコールによる過敏症状（発疹・発赤・かゆみ・はれ等）を起こしたことがある人
2. 入れ歯が直接ふれるところに荒れ、痛み、傷、はれ等の症状のある人
3. 食べ物等の飲み込みが困難な人（喉に詰まる恐れがある）

https://www.kobayashi.co.jp/seihin/tg/

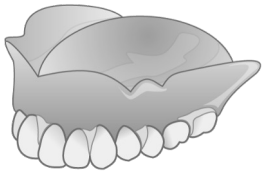
あまり知られていないけど，実は
記載されている

29

義歯　　入れ歯に大量の食渣がついている

- 入れ歯自体に何らかの問題がある
- 頬（口腔の周りの筋肉）の動きが悪くなっている

咀嚼に問題が出ている可能性がある



歯科素材. com

30

口の動きが悪くなる理由はいろいろある
（舌や頬の動きが悪くなるなど）

痛いところを避けたり、
入れ歯が合わないなど、
本来とは違う食べ方をしている可能性がある

急に口の中が汚れ出した時は口の中のトラブルも
考えてみる

31

義歯　寝たきりの方や認知症の方と入れ歯

1）寝たきりの方
- 入院前に義歯を作成し使用していた方が入院後も義歯を使用している：100%
- 入院後に義歯を作成し使用している：65.6%

2）認知症の方
- 入院前に義歯を作成し使用していた方が入院後も義歯を使用している：83.3%
- 入院後に不適合義歯を再製し使用している：22.2%

前田直人ら. 日補綴会誌，2012

新しい入れ歯への適応が難しくなる

32

義歯　認知症と新しい入れ歯の作成

CQ9-2：
認知症患者の義歯の修理・調整は新義歯製作よりも有効か

【推奨文】
中等度以上の認知症患者においては，使用率の点からは義歯修理・調整の方が新義歯製作よりも有利であると考えられ，やむを得ず新義歯製作をする場合には現義歯の欠点を補い，その特徴を可及的に変えない設計を考慮する.

（編）日本老年歯科医学会．認知症の人の歯科治療ガイドライン，2019

- まずは歯科へご相談ください。
- ご家族に入れ歯について過度な期待をもたせてしまうとトラブルになるので、ご配慮をお願いします。

33

義歯　寝たきりの方や認知症の方と入れ歯

1）寝たきりの方
- 入院前に義歯を作成し使用していた方が入院後も義歯を使用している：100%
- 入院後に義歯を作成し使用している：65.6%

2）認知症の方
- 入院前に義歯を作成し使用していた方が入院後も義歯を使用している：83.3%
- 入院後に不適合義歯を再製し使用している：22.2%

前田直人ら. 日補綴会誌，2012

現在使われている入れ歯が大事

34

義歯　入れ歯に関するお願い

- 入れ歯を施設や家に置いたまま入院された場合は、早めに入院先へ持って行って頂くようお願いします。
- 入院中に入れ歯が外されていたようであれば，無理のない範囲で(利用者様の状態に応じて)入れ歯を入れて頂き、合わない場合は早めに歯科受診をお願いします。
- 入れ歯ケースが汚れていないかの確認を必要に応じてお願いします。

35

義歯　入れ歯と栄養素

臼歯部（奥歯）で咬合できる人の摂取量を100%とした時に

対象：タンパク質、炭水化物、n-3系脂肪酸、カルシウム、ビタミンA，ビタミンD、ビタミンE、ビタミンB6、ビタミンB12、葉酸、食物繊維

- 入れ歯があっている群、あっていない群、使っていない群の３つで100%を超えているのは炭水化物のみ
- その中でも、炭水化物は入れ歯があっている群に比べて、あっていない群と使っていない群では摂取量が多い
- 炭水化物以外は入れ歯があっている群に比べて、あっていない群と使っていない群では全て摂取量が低い

適切な入れ歯はバランスの良い食事につながる

岩崎正則．日補綴会誌，2023
https://hotetsu.com/files/2023_15_2/irai2023_2_02.pdf

36

口腔清掃　出てきた汚染物を確実に回収する

- 必要以上に口腔内で水を使わない
- 覚醒している時に行う
- 口腔保湿剤を使った方が水に比べて咽頭での吸引回数が減る（誤嚥リスクが減る）

守谷恵未ら．日本老年医学会雑誌，2016

- ブラシを洗う用とぬらす用のコップは分ける

うがいができない（吐き出せない）方は
特に注意

37

口腔清掃　出てきた汚染物を確実に回収する

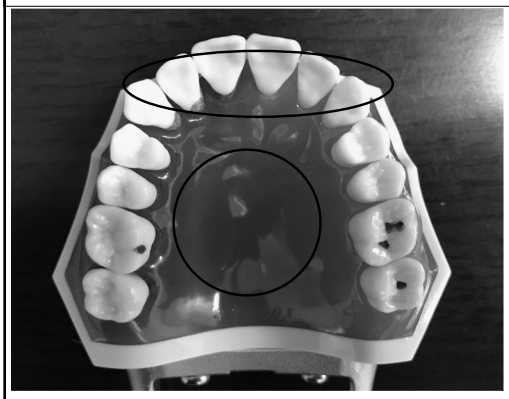
うがいができない（吐き出せない）方

- スポンジブラシ
- 口腔ケア用ウエットティッシュ
- 口腔保湿剤

汚染物が原因で誤嚥性肺炎を起こす可能性がある

38

口腔清掃　口腔ケア時に見たいポイント



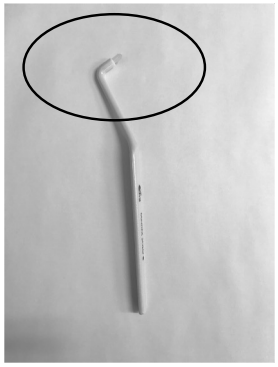
39

口腔清掃　道具はどれだけ揃っているか？

- 歯ブラシ
- 歯間ブラシ
- タフトブラシ
- スポンジブラシ
- 口腔保湿剤（必要に応じて）

40

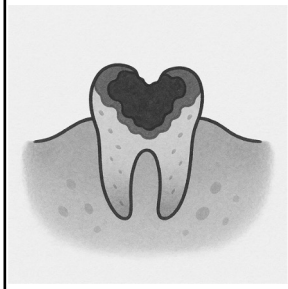
口腔清掃　タフトブラシ



- 奥が磨きやすい
- 残根にも使いやすい
- 嘔吐反射がある人にも使いやすい
- 絶対ではないが、毛先は鉛筆型が使いやすい

41

口腔清掃　残根



- 「詰める」か「抜くか」で清掃しやすい口腔内にする必要がある（歯科に相談が必要）
- 歯垢が溜まりやすく、歯肉の炎症も起きやすいので注意が必要

Illustration by Chat GPT

42

口腔清掃　道具を揃えることのメリット、デメリット

管理ができるという前提はありますが、

メリット

- 口腔内の清掃がしやすい（確実に清掃できる）
- 口腔内の清掃の時間短縮につながる
- 利用者様にあった歯ブラシなどの選択につながる

デメリット

- 費用がかかる

必要に応じて、歯科医師や歯科衛生士に
ご相談ください。

43

口腔清掃　　皆様方へのお願い

ADL自立＝歯が磨けるではない

歯磨きが得意な人も苦手な人もいる

44

オーラルフレイル

口の機能の健常な状態（いわゆる『健口』）と
『口の機能低下』との間にある状態

フレイルの“口”版

45

オーラルフレイル

- 歯の喪失や食べること，話すことに代表されるさまざまな機能の『軽微な衰え』が重複し，**口の機能低下の危険性が増加しているが，改善も可能な状態**である。
- 全身のフレイルや筋肉減弱（サルコペニア），低栄養を引き起こすと考えられている。
- オーラルフレイルの状態が悪化した場合に，口の機能の低下を介して口の機能の障害に至る。

一般社団法人日本老年医学会，一般社団法人日本老年歯科医学会，
一般社団法人日本サルコペニア・フレイル学会.
オーラルフレイルに関する３学会合同ステートメント．老年歯学，2024

46

OF-5

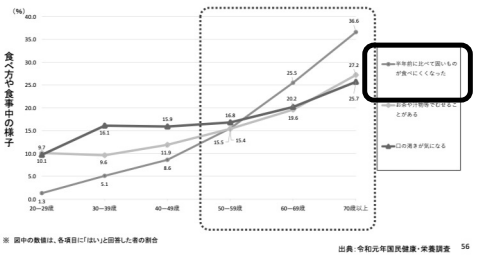
自身の歯は，何本ありますか? （さし歯やかぶせの歯は自分の歯として数えますが、インプラントは自分の歯としては数えません）	0～19本
半年前と比べて固いものが食べにくくなりましたか？	はい
お茶や汁物等でむせることがありますか？	はい
口の渇きが気になりますか？	はい
普段の会話で，言葉をはっきりと発音できないことがありますか？	はい

２つ以上当てはまる場合はオーラルフレイル

参考：日本老年歯科医学会
https://www.gerodontology.jp/committee/002370.shtml

47

口腔機能と年齢



中医協（第504回）資料【令和3年12月10日】
https://www.mhlw.go.jp/content/12404000/000868147.pdf

注目すべきは「半年前」

48

口腔機能の低下をどこで疑うか？

以前に比べて

- 食事時間が明らかに長くなった
- 口の中が汚れている（食べ物が残っている）
- 入れ歯に食べ物が付着している量が増えた
- 薬が飲みにくい（薬が口の中に残っている）

口腔機能が低下している可能性がある

49

口腔機能と栄養素

穀類、芋類、緑黄色野菜、そのほかの野菜、海藻類、豆類、魚介類、肉類、卵類、乳類、果実類、菓子類、嗜好飲料類、砂糖類、種実類、油脂類、調味料・香辛料類

- よく噛めるグループと噛めないグループで大差がないのは、穀類、調味料・香辛料類、砂糖類、菓子類、卵類、乳類

本川佳子．老年歯学，2019

口腔機能が低下すると偏食になりやすいです。

50

「ちゃんと噛めています」という言葉は危険な時がある

お腹がすいたまま、皆さんは何時間も耐えることはできますか？

51

International Journal of Environmental Research and Public Health

MDPI

Article

Oral Factors as Predictors of Frailty in Community-Dwelling Older People: A Prospective Cohort Study

Noriko Takeuchi [1,*], Nanami Sawada [2], Daisuke Ekuni [2] and Manabu Morita [2]

「タ」が発音率が低いと，2年後のフレイル状態になるリスクが上がる

Int J Environ Res Public Health. 2022 Jan 20;19(3):1145.

52

論文紹介

平成25年4月1日から平成26年3月31日までの間に，緩和病棟へ入院後,死亡退院となった患者105名

緩和病棟入院時から死亡までの期間が28日未満の56人を短期群，28日以上の49人を長期群と分類

口腔の器質的問題と機能的問題に両群間で差があるか

Matsuo K et. al. Support Care Cancer, 2016

53

終末期における口腔の問題

- 口腔乾燥，舌炎，易出血性が短期群（病棟入院から28日以内に亡くなった方）で有意に多く出現
- 短期群は長期群に比べ，以下の点が有意に増加
  1）嚥下障害
  2）口腔ケアの介助が必要な者

Matsuo K et. al. Support Care Cancer, 2016

- 亡くなる1ヶ月前から口腔内に問題が起きやすい
- 口から食事ができなくなると口腔内が一気に悪化する時がある

54

歯科難民をどうやって救うか？

かかりつけ歯科	自分で通院可能
あり	可能
なし	可能
あり	不可能
なし	不可能

下の2つのカテゴリーが歯科難民へと
繋がっている

55

歯科難民を救う上での問題点

1）家族に歯科へ連れていってほしいと言えない
→ 家族等の病院送迎に患者は感謝する一方で，負い目がある

2）歯科へ送り迎えできる人がいない

3）患者家族が口腔内に無関心，関心を持つ余裕が無い

- 訪問歯科診療のご検討をお願いします。
- ケアマネージャーの皆様のお力が頼りです。

56

かかりつけ歯科で定期的に歯科受診をするメリット

- 虫歯などの早期発見、早期治療につながる
- 健康増進に寄与する
（バランスの良い食事摂取が可能となる）
- 全身麻酔を使用した手術をうけることになった際や
入院時（特に本人の意識が不明瞭な場合）に
歯の脱落リスクを軽減できる

Illustration by Chat GPT

57

本人が歯科受診困難な状況になった時

- かかりつけ歯科に相談する
- 歯科医師会の窓口経由で
訪問歯科診療について相談する

58

Take Home Message

59

皆様の「口腔内への気づき」と「歯科へのつなぎ」
が、
利用者様の「生きる力」を支える
大切な一歩になると思います。

今回の学びが皆様の少しでもお役に
立てれば幸いです。

60