

歯科衛生士からのお便りです。今回は口腔乾燥についてお知らせします。

## ◎口腔乾燥 = ムーカス水分計測定

(歯科衛生士がNST 口腔ケアラウンド時等に使用しています。)



測定部位

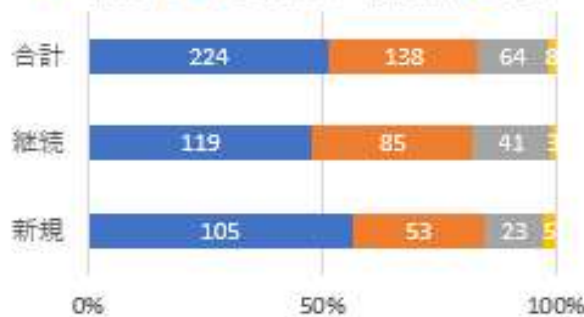
口腔水分計を使用して舌尖から約 10mmの舌背中央部における粘膜湿潤計を測定。測定値 27.0 未満を口腔乾燥とします。

重度乾燥	中程度乾燥	軽度乾燥	正常
24.9 以下	25.0~26.9	27.0~29.9	30.0

水分測定は口腔機能の低下を示す症状の評価方法の一つです。

## 令和6年度NST回診患者の口腔乾燥度

■ 重度乾燥 ■ 中程度乾燥 ■ 軽度乾燥 ■ 正常



R7年NST 歯科回診時の口腔乾燥の割合です。重度乾燥、中程度が多く見られます。



## 口腔乾燥対策

炭酸水素うがい液(重曹うがい液)/グリセリン含有の含嗽水/人工唾液(サリベートなど)/氷片/市販の保湿剤(洗口液、保湿スプレー、保湿ジェル)などの使用があげられます。

### どのように口腔乾燥に保湿を行うか?

口腔乾燥は大きな苦痛になります。

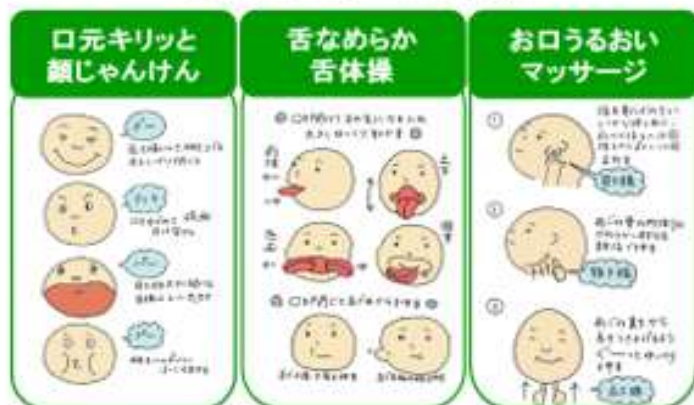
原因療法と並行した対症療法として保湿剤を活用すると効果的です。

※うがいができる方は基本的にうがいを、うがいが難しい方には保湿剤を使用して口腔ケアをすると良いです。

※基本的に口腔ケア用品はアルコールが入らない物を使用しましょう。特に粘膜炎の場合はアルコール入りの物は使用しないでください。

※保湿剤は1日3~5回を目安に使用しましょう。白濁~被膜化しないために重ねて塗布しないでください。

## 手軽にできる「健口体操」



手軽に出来るお口の体操があります。口腔機能訓練にもなりますので試してみてください。



乾燥対策は日々の積み重ねです。宜しくお願いします。

参考資料：中部病院口腔ケアマニュアル