

## デイケアみわ 夏版

色水を使った利用者様の作品です⇒



植田医院では平成30年4月から、「明日から役立つ知識と技術習得」の為の実践的な勉強会を定期的で開催しています。  
今回は4月の勉強会についての特集です。

第一回目平成30年4月21日土曜日 17:30～

《口から食べる為の取り組みとアプローチ》について

講師は一瀬浩隆先生(あい訪問歯科クリニック)でした。

口腔ケア(歯と口のお手入れ)の必要性について勉強をしました。

口腔ケアは、全身の健康を守る為にとっても大切です。

口腔ケアには主に次の様な目的があります。

むし歯や歯周病や口臭の予防、味覚の改善や唾液分泌の促進、誤嚥性肺炎の予防、さらに生活リズムの改善、口腔機能の維持改善などです。  
皆さんが日頃されている、食事前のうがいや食後の歯磨き、パタカラ体操やあいうべ体操などの嚥下体操をまとめて口腔ケアと呼びます。



食べる力は、生きる力という言葉があります。

栄養を体内に取り入れさえすれば人は生きていけます。しかしそれでは健康的とはいえず、実際には身体はどんどん弱っていきます。

日々の口腔ケアを実践して、口から食べる幸せを感じてください

食後の歯磨きをきちんとすれば、健康で幸せな人生に一步近づきます。

歯磨きの方法に気をつけましょう

歯が無くても歯ブラシを使用した方が望ましいです。

毎食後と寝る前と朝起きたときにするのが理想的です。

入れ歯の洗浄は歯ブラシを使いましょう。

より良い歯磨きのため、きちんと歯ブラシを選びましょう

ヘッドの小さいもの、やわらかなブラシを選びましょう。

山切りカットは歯茎傷めるので避けましょう。

持ち手がまっすぐで磨きやすいものを選びましょう。

交換は1ヶ月に1回が目安です。



その他、食事介助やトロミのつけ方も教わりました。利用者様がより一層、健康で幸せな生活ができる様にデイケアみわスタッフ一同、勉強してまいります。

**明日は今日よりももう一步すすめる為に…**