

# おれんじ通信

55

知って支える認知症



## 1兆個のバイキン!? 口腔ケアでバイバイ♪

ハミガキをほとんどしない方の口の中には約1兆個のバイキンがいます。歯磨きやうがいなどの「口腔ケア」によって、口の中のバイキンの数を減らすことができます。口腔ケアの道具はさまざまあり、歯ブラシやスポンジブラシ、歯間ブラシ、舌ブラシなど用途にあわせて使いましょう。認知症の進行により、飲み込む働きが弱く

なるため口腔ケアがより大事になります。認知症の方の中には、口を開けてくれない方や歯磨きを嫌がる方もいますが、頬から顎のラインにかけて円を描くようにマッサージをしてみてください。唾液の分泌を促し、口の中をきれいにする働きがあります。



おれんじ通信への意見をお寄せください。

☎ 地域包括ケア推進課 06  
(4309)3013、FAX06(4309)3814