

## —原著—

## 介護者に口腔ケア意識を啓発するためのパンフレット

## —介護者の理解と活用状況のアンケート—

右近 さゆり<sup>1)</sup>, 佐藤 真里<sup>1)</sup>, 石井 結里<sup>1)</sup>, 小林 富佐子<sup>1)</sup>,  
村山 昌子<sup>1)</sup>, 柴田 佐都子<sup>2)</sup>, 豊里 晃<sup>3)</sup>, 野村 修一<sup>4)</sup>

<sup>1)</sup> 新潟大学医歯学総合病院 看護部

<sup>2)</sup> 新潟大学医歯学総合病院 診療支援部 歯科衛生部門

<sup>3)</sup> 新潟大学大学院医歯学総合研究科 歯科侵襲管理学分野 (主任, 染矢源治教授)

<sup>4)</sup> 新潟大学大学院医歯学総合研究科 加齢歯科補綴学分野 (主任, 野村修一教授)

A pamphlet to enlighten the nursing personnel on

oral care to the dependent elderly

— Questionnaire survey on the understanding of the nursing personnel

and the pamphlet utilizing condition —

Sayuri Ukon<sup>1)</sup>, Mari Satoh<sup>1)</sup>, Yuuri Ishii<sup>1)</sup>, Fusako Kobayashi<sup>1)</sup>,  
Shoko Murayama<sup>1)</sup>, Satoko Shibata<sup>2)</sup>, Akira Toyosato<sup>3)</sup>, Shuichi Nomura<sup>4)</sup>

<sup>1)</sup> Nurse Division of Niigata University Medical and Dental Hospital

<sup>2)</sup> Medical Care Support Division, Dental Hygiene Department

<sup>3)</sup> Niigata University, Graduate School of Medical and Dental Sciences, Course for Oral Life Science,  
Division of Dental Anesthesiology

<sup>4)</sup> Niigata University, Graduate School of Medical and Dental Sciences, Course for Oral Life Science,  
Division of Oral Health in Aging and Fixed Prosthodontics

平成 17 年 11 月 1 日 受付 11 月 30 日 受理

Key words : 口腔ケア, 啓発用パンフレット, 介護者, アンケート

**Abstract:**

**Purpose:** To enlighten the nursing personnel on oral care to the dependent elderly, a pamphlet was developed in collaboration with dentists, nurses and dental hygienists. A questionnaire survey on the understanding of the nursing personnel and the pamphlet utilizing condition was carried out.

**Materials and methods:** The pamphlet was written in plain terms and was mainly constituted of photos and illustrations, to underscore the importance and to explain how to practice the oral care of the dependent elderly. The pamphlets were mailed to the nursing personnel in charge of 46 nursing-care facilities in Niigata city, accompanied with a questionnaire that asked about the present oral care conditions of the residents, the pamphlet utilizing conditions and changes in the oral conditions after the pamphlet use.

**Results and discussion:** Answers were obtained from 27 facilities (the collect rate was 58.7%). All nursing personnel answered that they could understand the contents and they used the pamphlet for the staff training in oral care practice methods.

It was suggested that this pamphlet increased the staff recognition of oral care importance and helped in the practice of oral care in nursing-care facilities.

【目的】 要介護高齢者への口腔ケアを定着させる目的で、歯科医師、看護師、歯科衛生士が連携して、介護者の口腔ケア意識を啓発するためのパンフレットを作成した。このパンフレットに対する介護者の理解と活用状況をアンケートにて評価した。

【方法】 パンフレットは要介護高齢者への口腔ケアの必要性と実践法を啓発する内容とし、平易な用語を用い、写真やイラストを中心にデザインした。新潟市内介護施設（計46施設）の介護担当責任者にパンフレットを配布し、口腔ケアの現状、パンフレットの活用状況、活用後の変化に関するアンケートを郵送法で送付、回収した。

【結果および考察】 回収率は58.7%（27施設）であった。回収できた27施設すべてから内容が「理解できた」との回答が得られ、作成したパンフレットは介護者にとってわかりやすいものであった。パンフレットはスタッフ教育やケア方法の取得などスタッフ間での活用が多かった。パンフレット活用後には、スタッフの口腔ケアの認識向上、ケア方法の確立、ケアを新たに実践などの変化が見られた。このように、今回のパンフレットは介護者の口腔ケアへの知識や意識を高めるとともに、介護施設で口腔ケアを実践するきっかけとなったと推察できた。

## I. はじめに

近年、口腔ケアによって口腔衛生状態や咀嚼能力の改善をはかることで誤嚥性肺炎の減少や、ADLの改善に有効であることが周知されてきた<sup>1) 2)</sup>。平成16年、厚生労働省における施策に介護予防サービスの一つとして口腔機能の向上を目指した口腔ケアが取り上げられた。しかし、要介護者の9割が何らかの歯科治療や口腔ケアが必要であるにもかかわらず、要介護状態になってから歯科受診を希望し、実際に受診したのは3割にも満たなかったとの報告がある<sup>3)</sup>。こうした中、要介護高齢者に対する口腔ケアの定着をはかるためには、医療従事者や家族を含めた介護者に対する口腔ケアの正しい認識、技術を提供する必要がある<sup>4) 5)</sup>。

今回、歯科医師、看護師、歯科衛生士が連携し、介護者の口腔ケア意識を啓発するためのパンフレットを作成した。さらに、作成したパンフレットに対する介護者の理解と活用状況をアンケートによって評価したので報告する。

## II. 方法

### 1. パンフレットの作成

パンフレットは要介護高齢者への口腔ケアの必要性と実践法を啓発する内容とし、歯科医師、看護師、歯科衛生士の3医療職種で構成された口腔ケア研究会のメンバーで作成した（図1）。介護の現場でも活用できるように、A4サイズ用の紙を3つ折りにして、表面にはQ & A形式による口腔ケアの必要性と、義歯の取り扱いや口腔ケア用品の紹介を載せた（図2）。裏面には摂食・嚥下機能を高めるためのリラクゼーション法や、口腔ケアの実践法と観察ポイントを載せた（図3）。家族を含めた介護者が理解できるように平易な用語と内容にして、写真やイラストを中心にデザインした。



図1. 作成したパンフレット「家庭でできる口腔ケア」

### 2. アンケート

新潟市内の介護施設46施設における介護担当責任者46名を対象にしてアンケートを行った。アンケートの主な調査項目はパンフレットの理解度、活用状況、パンフレット配布前後における口腔ケアの内容であった。

アンケートは2004年8月20日から2005年1月12日の期間に2回実施した。いずれもパンフレットとアンケート用紙を郵送法で送付し回収した。1回目のアンケートの目的は、パンフレット配布時の各施設における口腔ケアの現状を把握することであった。2回目のアンケートの目的は、パンフレット配布から1ヵ月後におけるパンフレットの理解度、活用状況、口腔ケアの変化などを把握することであった。アンケートの内容を図4、5に示す。

なお、倫理的配慮として本調査への同意が書類によって得られた施設のみを対象とした。

**入れ歯は、清潔に保ちましょう**  
～入れ歯は、はずして磨きましょう～

パネを持ち上げると  
はずれます

汚れ

パネ

パネのかかっている歯とパネは、  
特に丁寧に磨きましょう。

落とすと壊れやすいので  
・水を張った容器を置いて  
・手の上で  
・表、裏を  
ていねいに、磨きましょう。

週に2～3回は、洗浄剤を  
使うことをお勧めします。

乾燥すると割れやすいので、  
おやすみの時には、水入り  
容器に保管しましょう。

熱湯は、使わないでく  
ださい。変形します。

ご自分の修理はやめ、  
あわない時や、痛い時は  
歯科医師に相談しましょう。

入れ歯を入れて、あごを動かすと  
表情や会話が豊かになります。

**ご存じですか？口腔ケア**

**食事をしない人にも必要？**

食事をしなくても、口の中は温度や湿度が高いため、細菌が増えて白い苔がつきやすく、口腔ケアは必要です。

**口臭はありませんか？**

口臭は口の中についた苔や歯垢が原因となります。口がきれいになるとおどろくほど口臭は改善されます。

**口腔ケアはなぜ必要？**

口の中の汚れ(細菌)が誤って気道に入った時に、肺炎を起こしやすくなります。特に寝ていることが多い方には、危険性が高くなります。

**リラクゼーションはなぜ必要？**

リラクゼーションにより、血液のめぐりをよくし、筋肉をほぐすことができます。さらに、食べるための筋力もつけることができます。

**口の中がきれいになると食欲がわき、  
意欲向上にもつながります。**

**家庭でできる  
口腔ケア**

スポンジブラシ  
義歯用ブラシ  
歯間ブラシ  
舌ブラシ  
エマした歯ブラシ  
(ホースを使用)

新潟大学医歯学総合病院  
〒951-8520 新潟市旭町通1番町754番地  
TEL (025) 227-0835 加齢歯科診療室  
制作：口腔ケア研究会

図2. パンフレット表面

**リラクゼーションから始めましょう**

「今日の体調はいかがですか」  
表情・顔色はいつもと違いますか？  
熱はありませんか？  
咳、せーぜーはありませんか？  
声かけていつもと同じような受け答えがありますか？  
いつもと違うと感じたら医療機関にご相談下さい。

声かけて体調の確認

楽な姿勢で

背中を支え大きく深呼吸

腕を伸ばして頭の前へ

首や肩をマッサージ

左右を向いて

横に倒して

ゆっくり回して

肩を上下に

ゆっくり上げて、パッと下ろす

座った姿勢で

仰向けは危険

上体を起こして

座れないときは横向きで  
(マヒのある側を上)

スッキリしましたね

さあ口腔清掃

左右に「ペロペロ」

舌を出して「ペー」

おもいきり「イー」

口を尖がらせ「ウー」

頬をふくらませ「ブッ」

45°の角度が効果的

1本の歯は  
いろいろな方向から

すきまは  
歯間ブラシを使う

スポンジブラシの順序

スポンジブラシは  
固くしぼり  
何度も洗って  
使いましょう

舌ブラシは  
無理せず  
やさしく

歯のないところは  
スポンジブラシを使う

口腔ケア時にチェック  
しましょう。

- ・舌苔(舌の汚れ)
- ・出血
- ・歯肉のはれ
- ・口臭
- ・歯のぐらぐら
- ・口の乾き
- ・むせこみ
- ・入れ歯があわない
- ・口を開けない
- ・食べかすがとれない

このような場合には  
ご相談下さい。

図3. パンフレット裏面

## 1 回目アンケート

1. 今までに口腔ケアについて研修を受けたことがありますか。  
はい, いいえ

2. 貴施設における口腔ケアのマニュアルはありますか。  
はい, いいえ

3. 貴施設では口腔ケアを行っていますか。  
はい, いいえ

問い3でははいとお答えになった方は以下の質問にお答えください

4. 日常口腔ケアに関わっているのは、主にどのような職種ですか。  
看護師, 介護士, その他

5. 口腔ケアの回数を教えてください。  
毎食後, 1日( )回 (朝・昼・夜・就寝前), その他( )

6. 現在行っている口腔ケアの内容を教えてください。  
ブラッシング, うがい, 清拭, リラクゼーション,  
その他( )

7. 口腔ケア実施時に使用している用具を教えてください。  
歯ブラシ, 電動ブラシ, 歯間ブラシ, デンタルフロス,  
スポンジブラシ, 舌ブラシ, ガーゼ, 洗口液, その他

8. 貴施設で口腔ケア機器を使用していますか。使用している場合は名前もお書きください。  
はい( ) いいえ

問い3でいいえとお答えになった方は以下の質問にお答えください。

9. 口腔ケアを行わない理由について教えてください。  
時間的余裕が無い, 必要を感じない, 施設での取り組みは難しい,  
人員不足のためできない, 方法がわからない, その他

図4. 1回目のアンケートの内容

## 2回目アンケート

1. 日常口腔ケアに関わっているのは主にどのような職種ですか。  
看護師, 介護士, その他 ( )
2. 口腔ケアの回数を教えてください。  
毎食後, 1日 ( )回 (朝・昼・夜・就寝前),  
その他 ( )
3. 現在行っている口腔ケアの内容を教えてください。  
ブラッシング, うがい, 清拭, リラクゼーション, その他 ( )
4. 口腔ケア実施時に使用している用具を教えてください。  
歯ブラシ, 電動ブラシ, 歯間ブラシ, デンタルフロス, スポンジブラシ,  
舌ブラシ, ガーゼ, 洗口液, その他 ( )
5. 口腔ケアを行わない理由について教えてください。  
時間的余裕が無い, 必要を感じない, 施設での取り組みは難しい,  
人員不足のためできない, 方法がわからない, その他 ( )

## パンフレットについて

6. パンフレットをご覧になりいかかでしたか。  
十分理解できた, 理解できた, あまり理解できない, 理解できない
7. パンフレットの内容で良かったものはありますか。  
表紙, ご存知ですか, 口腔ケア, 義歯の取り扱いについて,  
リラクゼーション, その他 ( )
8. パンフレットの内容で理解できなかったものはありますか。  
表紙, ご存知ですか, 口腔ケア, 義歯の取り扱いについて,  
リラクゼーション, その他 ( )
9. 口腔ケアのなかでリラクゼーションが含まれることはご存知でしたか。  
知っており, 実施していた, 内容も知っていたが実施していなかった,  
知っていたが方法がわからなかった, 知らなかった
10. パンフレットを活用していただけましたか。  
はい, いいえ

問い10ではいとお答えになったかたは以下の質問にお答えください。

11. パンフレットの内容(口腔ケア)を以前より施行されていませんか。  
はい, いいえ
12. パンフレットはどのような場面で活用されましたか。  
口腔ケアの方法を習得するため, 家族への口腔ケア指導,  
スタッフ教育に使用, その他 ( )
13. パンフレットのどの部分を活用されましたか。  
リラクゼーション, 口腔ケア前のチェック, 口腔ケア時のチェック,  
体位, 歯ブラシの使い方, スポンジブラシの使い方,  
舌ブラシの使い方, 義歯の取り扱い方, 口腔ケアの必要性の説明文
14. パンフレットは口腔ケアを行うにあたって参考になりましたか。  
十分参考になった, 参考になった, あまり参考にならなかった,  
参考にならなかった
15. 活用されて変化のあった点についてお聞かせください。  
スタッフの口腔ケアの動機づけとなり認識が高まった, 口腔ケアを実践するようになった,  
口腔ケアの方法が確立された, 家族への指導に役立った,  
スタッフの口腔ケアへの認識が高まった, その他 ( )
16. パンフレットについてのご意見, ご感想をお書きください。

図5. 2回目のアンケートの内容

### Ⅲ. 結果

アンケートに対し、2回とも回答があった回収率は58.7%だった。

#### 1. パンフレットの理解度

パンフレットへの理解度は、充分理解できたが33%、理解できたが67%とすべての施設で理解できるとの回答を得た(図6)。

理解できなかった 0施設 (0%)  
あまり理解できなかった 0施設 (0%)

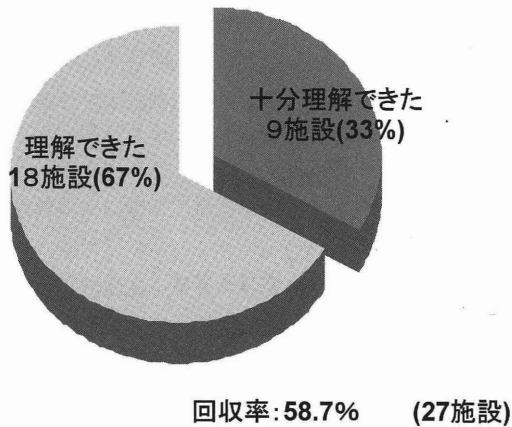


図6. パンフレットの理解度

#### 2. パンフレットの活用状況

パンフレットを活用したのは15施設(55%)で、活用場面は「スタッフ教育」8施設、「ケア方法習得」が7施設だった(図7)。また、活用の多かった部分は「ケアの必要性」「義歯の取り扱い方法」「ケア時のチェックポイント」であった(図8)。

#### 3. パンフレット活用後の変化

パンフレットを活用した15施設のうち、「口腔ケアの認識向上」が11施設、「ケア方法確立」が2施設、「ケアを実践するようになった」が1施設であった(図9)。

1回目と2回目のアンケートから口腔ケア内容の変化をみると、ケア回数の増加が4施設、ケア方法の変化が1施設、ケア用品の変化が2施設、ケアマニュアル作成予定が1施設あった。具体的には、1日2回のケアから毎食後のケアに変わった、経管栄養者に1日1回ケアをするようになった、うがいだけのケアからブラッシングと清拭が加わった、スポンジブラシや舌ブラシを新たに使うようになったとの報告であった。

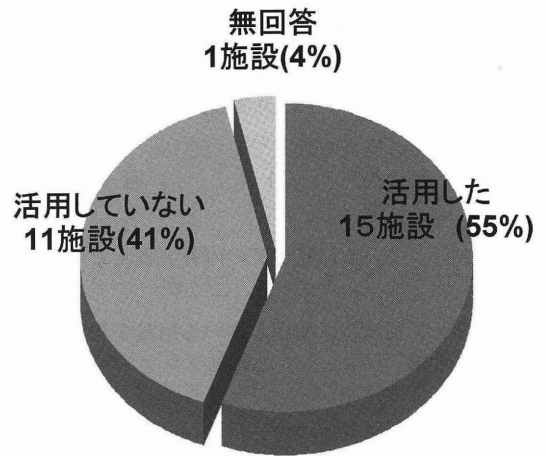


図7. パンフレットの活用状況

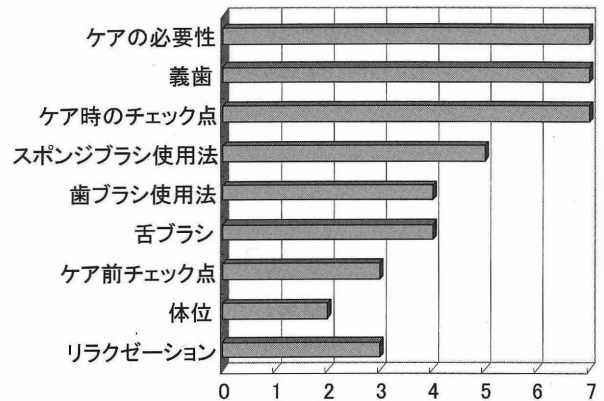


図8. 活用したパンフレット内容

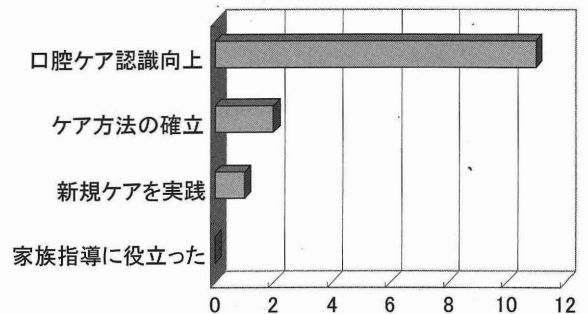


図9. パンフレット活用後の変化

#### IV. 考 察

パンフレットに対して、全ての施設が理解できると回答した。これは家族を含めた介護者を想定して、誰でも理解しやすい用語や内容でパンフレットを作成した効果を示していると考えられる。

施設にはパンフレットを郵送しただけで、口頭での説明を行わなかったにもかかわらず、55%の施設で活用されていたことから、パンフレットの内容は、介護者が日頃から口腔ケアについて知りたいことや興味あること、すなわち学習ニーズに合っていたものと考えられる。また、活用が多かったパンフレット内容からは、口腔ケアの必要性と実行する際の観察ポイントについての知識や、義歯を使用する高齢者が多いので義歯についての基本的知識を求めていることが推測できた。さらに、パンフレットはスタッフ間での活用が多かったことから、介護スタッフは口腔ケアの必要性を感じ、口腔ケアの知識や技術の習得を求めていることがわかった。角は「介護職員の9割が口腔ケアの指導を受けたいと感じている」と報告している<sup>6)</sup>。今回の結果からも認知症、開口に感じない、寝たきりで関節の拘縮が強いなど、さまざまな理由で口腔ケアが難しい高齢者を介護している介護スタッフの苦悩している現状が推測できる。このパンフレットはイラストや写真が豊富な上、コンパクトなため、手軽に介護の現場でスタッフ教育に活用されたものと思われる。

パンフレットを活用した施設の多くが口腔ケアの認識が向上したと回答したことから、介護者の口腔ケア意識を啓発できる内容であったと思われる。パンフレット配布後の口腔ケアの変化を見ると、ケアの回数や使用するケア用品が増加した施設が多かった。口腔ケアの重要性だけでなく、具体的な方法を分かりやすく説明してあるので、実行しやすかったと思われる。また、経管栄養者への口腔ケアが加わった施設もあった。経口摂取していない場合でも、口腔細菌の増殖を抑えて気道感染症を予防する口腔ケアの重要性が認識されたと考えられる。

迫田は「介護者の口腔ケア行動に影響する前提要因は『知識』『ケアのきっかけ』『現在のケア技術』である。」と述べている<sup>7)</sup>。このパンフレットが介護者への知識の提供やケアのきっかけとなり、アンケートで示された口腔ケア行動の変化をもたらしたものと推測される。

#### V. まとめ

1. 今回作成したパンフレットは介護者が理解できる内容で、介護者の口腔ケアに対する意識を高めたことが明らかとなった。

2. 介護施設では口腔ケアへの知識や技術の習得に対するニーズが高く、このパンフレットは口腔ケアに関する教育や実践法の習得への活用が期待できると考える。

#### 謝 辞

本研究をまとめるにあたり、忙しい業務の中において調査にご協力いただいた介護施設の方々に深く感謝いたします。本研究の一部は平成15-17年度科学研究費補助金・基盤研究(B)(2)15390589の助成により遂行されたものであることを付記して、ここに謝意を表します。

#### 文 献

- 1) 花田信弘：高齢者の口腔および全身健康状態に関する疫学調査—その2：全身健康状態の評価と口腔健康状態との関連—, 口腔衛生会誌, 49: 726-727, 1999.
- 2) 米山武義, 鴨田博司:口腔ケアと誤嚥性肺炎予防, 老年歯学, 16: 3-13, 2001.
- 3) 野村修一：要介護者の口腔を健康に保つために, 明倫歯誌, 7: 16-20, 2004.
- 4) 野村修一, 豊里 晃, 安藤栄吾, 田巻元子, 伊藤加代子：病態別要介護者口腔保健医療ケアに係る工程表(クリニカルパス)の開発と評価, 平成14・15年度総括・分担研究報告書「情報ネットワークを活用した行政・歯科医療機関・病院等の連携による要介護者口腔保健医療ケアシステムの開発に関する研究(主任研究者 河野正司)」, 46-51, 2003.
- 5) 鈴木一郎, 藤山友紀：要介護口腔保健医療ケア支援情報ネットワークシステムの開発, 平成14・15年度総括・分担研究報告書「情報ネットワークを活用した行政・歯科医療機関・病院等の連携による要介護者口腔保健医療ケアシステムの開発に関する研究(主任研究者 河野正司)」, 77-84, 2003.
- 6) 中村泰典, 三村 保, 野添悦郎, 平原成浩, 宮脇昭彦, 西原一秀, 守山泰司, 角 保徳：鹿児島県の特別養護老人ホームにおける口腔ケアに関する実態調査 介護職員の口腔ケアに対する認識について, 老年歯学, 16: 242-246, 2001.
- 7) 迫田綾子, 小西美智子：在宅療養を支援する介護者の口腔ケア行動とその要因に関する研究, 日本地域看護学会誌, 4: 48-54, 2002.