

病院だより

Vol.379

SHOWA Medical University Fujigaoka Hospital

口の機能は全身の健康を守ります

Topics

「口の機能は全身の健康を守ります」

病院歯科 講師：桑澤 実希

News

褥瘡対策セミナーの開催について

市民公開講座の開催について

編集後記

「秋のたより」

広報・公開講座委員会

委員 竹治 滉平

Report

患者さんからのご意見・ご要望

November

11

月号



SHOWA Medical University Fujigaoka Rehabilitation Hospital



昭和医科大学

口の機能は全身の健康を守ります



藤が丘病院 病院歯科 講師：桑澤 実希

口の機能は、食べ物をとらえて、噛みくだき、味わい、飲み込むといった「食べること」と、しゃべる、歌う、意思表示をするといった「人と関わること」を担っています。社会生活を営む人間にとって、口は息をするだけの器官ではなく、多様な機能を巧みに使い分けて、人間関係を築くために不可欠なものです。

といっても、元気な時は特別に気にすることは無いでしょう。しかし、口の機能が低下すると「口のささいなトラブル」として現れるのです。このささいな変化を見逃してしまうと、「口の大きなトラブル」に発展してしまいます。

そこで、[オーラルフレイルのチェックリスト]があります。チェック項目にあるような「口のささいなトラブル」は、口の機能低下の初期にみられるものです。自覚しにくく、生活上の不具合の程度も小さいために意識しなければ見過ごされがちです。この5つのチェック項目のうち2つ以上該当すると、オーラルフレイルと呼びます。

オーラルフレイルとは、口の機能低下が始まっていて、健康ではないけれどもまだ障害ではない状態をいいます。オーラルフレイルになると、比較的的身体機能・全身の筋力低下が起こりやすく、要介護状態になりやすくなることがわかりました。口の機能を支えている歯の数、咀嚼や嚥下を支える筋力、舌と口唇の運動機能、唾液の量、感覚といった口の働きが複合的に低下することによって「口のささいなトラブル」につながるのです。

ただし、低下した口の機能を取り戻すことは可能です。早く発見して、適切な対応をすることが重要です。また、口の機能の基本は、口の健康です。気になったら、かかりつけ歯科で相談してみましょう。歯医者にかかるのが苦手何年も通っていないという人もいます。嫌々通うのは何らかの問題が生じた時ではないでしょうか。口の問題を我慢したり、見過ごしたりしていると、身体の状態が低下した時に「身体の大変なトラブル」に関係する事があります。例えば、むし歯も歯周病も細菌感染が原因です。口の細菌は、全身に悪影響を与える感染を起こします。また、歯の本数が減って硬い食物が噛みづらいからと、軟らかいものばかり口にしていると、食べる筋肉が弱ってしまい誤嚥しやすくなります。

口の機能は多様です。自身を守るために、かかりつけ歯科をもって、定期的なメンテナンスを受けて、健康な時から口の機能を保つことをお勧めします。

オーラルフレイルのチェック項目「Oral frailty 5-item Checklist : OF- 5」

質問	該当	非該当
自身の歯は何本ありますか？ (さし歯や金属をかぶせた歯は、自分の歯として数えます。インプラントは、自分の歯として数えません。)	0-19本	20本以上
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	いいえ
お茶や汁物等でむせることがありますか？	はい	いいえ
口の渇きが気になりますか？	はい	いいえ
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	いいえ

5項目のうち2つ以上該当すると「オーラルフレイル」です。

日本老年医学会は、日本老年歯科医学会と日本サルコペニア・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」



編

集

後

記

秋のたより

10月に入り、朝夕はぐっと涼しくなり、急に秋の気配を感じるようになりました。ついこの間まで暑さに汗をかいていたのが嘘のように、過ごしやすい季節へと移り変わってきています。季節の変わり目は体調を崩しやすく、風邪や疲労を知らず知らずのうちにため込んでしまうこともあります。皆さまにはぜひ無理をなさらず、しっかりと休養と栄養をとって健やかに過ごしてください。

これからは木々の色づきが進み、街の景色も一層華やかになっていきます。どうぞ体調に気を配りながら、読書や散策、旬の食べ物など、秋ならではの楽しみを見つけていただければ幸いです。

褥瘡対策セミナー開催のお知らせ

テーマ 褥瘡の基本を復唱しよう



公開期間 2025年11月10日～2025年12月19日まで

視聴方法

- ① 藤が丘病院・リハビリ病院ホームページにて公開予定
- ② 昭和医科大学YouTubeチャンネルにて公開予定

当院で行っている褥瘡の予防・治療に関して医療従事者はもちろん、一般の方にもわかりやすい動画となっています。
是非ご視聴して頂き、少しでも参考にして頂ければ幸いです。

ご視聴後にはアンケートへのご協力を何卒よろしくお願い申し上げます。

講演者

- ・褥瘡予防・治療のための体位変換とリハビリテーション治療
昭和医科大学 藤が丘リハビリ病院 リハビリテーション科 助教：佐久間香那
- ・低栄養とサルコペニアの観点から
昭和医科大学 藤が丘リハビリ病院 管理栄養士：松井遥
- ・創傷治癒過程を学ぼう
昭和医科大学 藤が丘病院 皮膚・排泄特定認定看護師：富田和也
- ・褥瘡の基本的な知識
昭和医科大学 藤が丘病院 皮膚科 助教：濱本龍典

昭和医科大学藤が丘病院
褥瘡対策委員会 委員長
皮膚科教授 中田 土起文



昭和医科大学藤が丘病院・昭和医科大学藤が丘リハビリテーション病院

市民公開講座

参加費
無料

2025年11月22日(土)10:00～12:00

第一部

べらぼう ～泌尿器科手術栄華乃夢嘶～

演者：藤が丘病院 泌尿器科 准教授 森田 順



第二部

その痛み・・・ひょっとしてリウマチ？

演者：藤が丘病院 内科（リウマチ・膠原病） 教授 井上 嘉彦



開催形式：ハイブリッド

■対面【定員 100名】

会場：昭和医科大学藤が丘病院 C棟臨床講堂
(横浜市青葉区藤が丘1-31-21)

※病院棟ではございませんのでご注意ください

■オンライン(同時配信)

※録画・録音、画面の撮影はご遠慮ください

事前申込制

<申込期日> 11月19日(水)まで

<申込方法>

- ① QRコードか病院HP上URLより申込
- ② 問い合わせ先へ電話にて申込

<問い合わせ先>

昭和医科大学藤が丘病院 管理課

公開講座の
お申込みはこちら



045-971-1151
管理課 公開講座担当まで

月～金曜日(祝日除く) 8:30～17:00

患者さんからのご意見・ご要望

ご意見・ご要望

1階外の自転車の駐輪場、段差が出し入れ大変。フラットをお願い申し上げます。
*他の人からも同じ意見がありますので対応よろしくをお願いします。

①D先生、術前～術後とユーモアを交えた説明ありがとうございました。リラックスして話を聞くことができました。
②Eさん、入院時の説明や術後の夜はお世話になりました。夜勤では人も少なくお忙しい中、水枕の交換などありがとうございました。また、同室の大きい声、何かを外してしまう患者さんへの対応に感動しました。決して語気を荒げることなく、辛抱強く説明されている声を聞き尊敬しました。Fさん、テキパキと仕事をしている印象でした。お風呂に入れないときは頭を洗っていただいたり、とても気持ちよかったです。また、お風呂に入れる日、私がトイレに行っている間に、お風呂場に着替えとタオルを用意していただき感動しました。先回りして準備していただき「しごでき」だなと感じました。

藤が丘からコンサルでリハビリ眼科外来を受診される患者さんは車で来院する方が多いです。
検査のために散瞳薬を使用するので眼科コンサルの患者さんへは車、自転車、バイクで来院しないよう全ての科へ案内していただきたいです。

回答・改善内容等

この度はご不便をおかけして申し訳ございません。
ご意見いただきました駐輪場の段差についてですが、現時点でフラットにすることが難しく、今後病院の再整備により建替えを行う際に、お寄せいただいたご意見を参考に、駐輪場の整備を検討してまいります。何卒ご理解のほどお願い申し上げます。

【藤が丘病院 管理課】

この度は温かいお言葉をいただき、誠にありがとうございます。患者様からのご意見は、私どもスタッフにとって大きな励みとなっております。今後も安心して療養していただけるよう、病棟スタッフ一同努めてまいります。

【藤が丘病院 8階西病棟】

このたびは車でのご来院に関するご案内がなかったとのこと、誠に申し訳ございません。
藤が丘病院と連携し、依頼する際の案内を明確にし周知徹底していきます。ご意見ありがとうございました。
【リハビリテーション病院 眼科】

この度は散瞳薬を投与するにもかかわらず、車で来院するのを控えるように伝達しておらず問題が発生してしまい申し訳ございません。
原因として転科受診する際に原則全例散瞳させる認識が乏しく眼科コンサル以上の散瞳を行う可能性があるため、車やバイク等で来院を控えるように患者様に伝達できていなかったことが考えられます。
対応として、当科全体で眼科受診される時は車やバイクでの来院を止めるよう伝えることを周知すること及び医療情報室ならびに医療安全管理室などにも働きかけて可能であれば予約票や別途受診における説明がコンサルテーションオーダーをかけた時点で出るようにシステム変更を働きかけていきます。

【藤が丘病院 腎臓内科】

