

口腔チェックリスト 解説

歯や口腔は全身との関係も示され、口腔機能の維持・管理が重要視されています。口腔の問題点に早めに気づき、歯科医師・歯科衛生士等に繋げるために以下の項目をチェックし、担当ケアマネジャーへご報告ください。

口腔機能の低下とは、 ①口腔衛生状態不良 ②口腔乾燥 ③咬合力低下
④舌口唇運動機能低下 ⑤低舌圧 ⑥咀嚼機能低下 ⑦嚥下機能低下 など。

1. 口の中が乾燥している

口腔乾燥は、服用薬剤の影響や口を動かさないことなどによる唾液分泌減少や口腔機能不活発に起因することが多く、口腔の衛生状態を悪化させる。むし歯の増加、歯周病の悪化の原因にもなり、「ねばねばする」「しゃべりにくい」「飲み込みにくい」「味が分かりにくい」「口の中や舌がひりひりする」「口の中が汚れやすい」「口臭がする」「口唇、口角が切れる」「入れ歯があわない」などの訴えがある。



湿潤・サラサラ感



泡沫上の唾液・べたつき感



乾燥痰の沈着



正常・湿潤・ピンク



乾燥・口角の発赤

2. 歯が汚れている

歯の表面は、食物残渣（食べ物のカス）、歯垢が付着する。歯垢は、歯ブラシなどでこすり落とさない限りうがいなどで除去することは不可能であるため、歯垢の付着は、歯みがきが十分にできていないことを表す。食物残渣が口腔内に多く存在している場合は、舌口唇運動機能や咀嚼・嚥下機能などの低下を疑う。



歯垢・歯石なし

歯垢・歯石あり

多量の歯垢・歯石あり

3. 舌に汚れ（舌苔）がある

舌の表面には、舌苔と呼ばれる白色や黒色の苔状の汚れが付着する。舌苔が付着する量は本来少ないが、明らかに多量の付着が認められた場合は、舌の機能低下などを疑う。



正常・湿潤・ピンク

舌苔の付着

4. 口臭がある

口臭の多くは、口腔衛生状態が不良になり増悪した細菌の活動によって産生される揮発性硫黄化合物によって生じる。他に、食べ物による場合や糖尿病・胃腸の疾患等による場合もある。

5. 歯が痛む、グラグラしている、穴が開いている

むし歯による痛み、歯周病による歯がグラグラしての痛みなどで食事がしにくくなることがある。むし歯が進行し穴が大きくなると、食物残渣が停滞し口臭や痛みの原因にもなり、これらの症状は、咀嚼機能・咬合力の低下を招く。



むし歯なし

少数のむし歯

多数のむし歯

6. 歯茎（歯肉）に問題がある（腫れている、出血がある、傷がある、痛みがある等）

むし歯により歯の神経が化膿したため、あるいは歯周病が悪化したために諸症状が出ることが多い。これらの症状も咀嚼機能・咬合力の低下を招く。



正常・湿潤・ピンク

乾燥・発赤・腫脹

（頬粘膜）発赤・潰瘍

7. 義歯（入れ歯）に問題がある（外れる、壊れている、汚れている、使っていない、付けると痛む等）

入れ歯を入れても安定しない、吸着が悪い、動いて外れ易い、入れ歯の内面に食渣が多く入るなどは、入れ歯のどこかに問題がある。洗浄が不十分であれば、入れ歯でも歯垢・歯石は沈着し、またバネ付近も汚れが付着しやすい。



破損なし・装着可

装着可・破損あり

汚れ、破損あり・装着不可

8. 飲み込みが悪い、むせる

「硬いものが食べにくくなった」「薬を飲みにくくなった」「滑舌が悪くなった」「食事に時間がかかるようになった」「食べこぼしが多くなった」「食後に口の中に食べ物が残るようになった」などは口腔機能の低下①～⑦が当てはまるが、認知機能の問題なども考えられる。

9. (麻痺がある場合) 麻痺側に食べ物が残っている

片側の麻痺の場合、健側は食べ物がほとんど残っていないが、麻痺側は食べ物の塊が粘膜と歯（入れ歯）に挟まれるように明らかに残っている。

写真引用元：Oral Health Assessment Tool (OHAT) 日本語版説明用資料

(藤田医科大学医学部 歯科・口腔外科学講座 作成)