

演題: 蜂蜜と緑茶スプレー用いた舌苔の除去と口腔内乾燥の予防

事業所名：介護老人保健施設アメイズ

発表者名：原田 麻衣

共同研究者名：千葉 まゆ

【目的】

自らセルフケアを行えない利用者は口腔内乾燥や痰の付着のため、口腔内が汚染されやすく、また、経口摂取が行えないと咀嚼運動が減少し、唾液分泌の減少によって口腔内乾燥がおこりやすい。

常時開口している人の口腔内は口腔ケアの効果が得られにくく、口臭、舌苔、口腔内乾燥等の問題が生じやすい。乾燥した状態で汚染物の除去を図るのは困難である。口腔内所見は湿潤によって影響されているため、緑茶の抗菌作用、口臭予防、また、蜂蜜の保湿効果、蜂蜜に含まれるグルコン酸の殺菌作用が舌苔の発生を予防するという効果に着目し、これらを用いた口腔ケアを行うことで、口腔内の保湿、舌苔の除去を図ること、口腔内所見の改善を目的として検討を行った。その結果をここに報告する。

【対象・方法】

経管栄養実施中の利用者様 1 名。 実施期間 2019 年 1 月 30 日～3 月 13 日。計 6 週間
経管栄養注入前の朝、昼、夕、口腔ケアを行い、緑茶スプレー噴霧後に、蜂蜜塗布する。
就寝前に緑茶スプレー噴霧する。
評価基準、項目、評価表を用いて、口腔ケア実施前の口腔内環境を評価する。

【事例紹介】

A 氏 58 歳 男性

脳梗塞を繰り返す嚥下障害、右麻痺あり。構音障害で発語ないため、疎通不可だが指示は入る。常時開口状態、口腔内乾燥、口蓋や舌に汚れ付着している。

嚥下機能低下にて痰貯留、唾液でのむせ込みあり。

胃瘻より経管栄養管理中。

【結果】

開始時：口腔内全体が乾燥しており、舌表面全体に舌苔が付着し、ひび割れていた。口蓋には痰がこびりつき、乾燥しており、粘度が高くなかなか剥がれない。含嗽できず、介護スタッフも口腔ケアに携わっていたが、吸引器を使用できないため、ケア前に口腔内を湿潤させることが難しく、汚れが除去しきれっていない状態であった。そのため、口腔ケアは看護師対応とした。

1 週目：口腔ケア中の唾液分泌量が増加しており、蜂蜜塗布直後は、舌表面が湿潤し、舌苔が軽減された。しかし、口腔ケア後時間が経つと、口腔内が乾燥してしまうため、ケアの度に口蓋には痰の塊が付着しているが、ややふやけて柔らかくなっており、除去しやすくなった。

2 週目：舌表面全体に付着していた舌苔が部分的に残るまでに改善する。しかし、口腔ケア前は舌表面の乾燥がみられる。口臭は軽減しており、唾液のねばつきも軽減している。

3 週目：口腔内全体の乾燥が改善傾向であり、ケア前でも舌表面が湿潤している時があった。唾液のねばつきが軽減し、むせ込みが減少した。口蓋にこびりついていた痰様の汚染物が唾液様に変化し、粘度が低く、吸引で除去できることもある。

4 週目：舌苔がほぼ除去された。唾液がねばつき口蓋に付着することはあるが、口腔内が湿潤し

ていることが多くみられるようになった。

5 週目：口腔内の清潔が保たれており、口臭もなくなった。水様性の唾液分泌があり、口腔内のねばつきも軽減している。

6 週目：舌苔、口蓋の汚染なく、口腔内の乾燥は改善している。

評価基準	評価項目			
	歯の汚れの程度	舌苔の付着の程度	口腔内の乾燥	口臭の程度
0	歯垢の付着がない	1/3程度の薄い舌苔	口腔内が適度に湿潤している	なし
1	歯垢が歯面の1/3以上	2/3程度の薄い舌苔 または1/3程度の厚い舌苔	粘稠な唾液が見られ、 口腔内やや乾燥している	口腔から15cmの位置 で臭いを感じる程度
2	歯垢が歯面の1/3~2/3	2/3程度以上の薄い舌苔 または2/3程度の厚い舌苔	唾液の分泌がほとんどなく 口腔内が乾燥している	口腔から30cmの位置 で臭いを感じる程度
3	歯垢が歯面の2/3	2/3程度以上の厚い舌苔	過剰な乾燥がみられる	口腔から30cmの位置 で顔をそむける程度

【口腔状態の評価】(1週間ごとの平均)		開始時	1週目	2週目	3週目	4週目	5週目	6週目
評価項目	評価結果	評価	評価	評価	評価	評価	評価	評価
歯の汚れの程度	0 / 1 / 2 / 3	2	1	1	1	1	0~1	0
舌苔の付着程度	0 / 1 / 2 / 3	3	2	1	1	0~1	0	0
乾燥の程度	0 / 1 / 2 / 3	2	2	1	1	0~1	0	0
口臭の程度	0 / 1 / 2 / 3	2	2	1	1	0~1	0	0
出血傾向の有無	0 / 1	0	0	0	0	0	0	0

【考察・結論】

A 氏は常時開口状態であるため、唾液の分泌が減少、口腔内の自浄作用が減弱しており、口腔内の乾燥、汚染、舌苔の汚れが著しい状態であった。

今回、緑茶と蜂蜜を用いた口腔ケアに取り組み、肉眼的にも口腔内環境の改善が見られた。口腔ケア前後の細菌量の比較を行ったわけではないが、舌苔の除去、減少を図れたことや口腔内の乾燥状態が改善したこと口臭の減少などから、蜂蜜、緑茶には口腔内環境改善に効果があることがわかった。

口腔ケア時に蜂蜜を塗布したことで、唾液量の増加と舌の乾燥予防につながった。また緑茶スプレー噴霧を行うことで、更に保湿効果が得られた。口腔ケア開始時にあった、A 氏の口臭がほぼなくなったことから殺菌作用による、口臭予防効果も実感できた。乾燥が軽減し、唾液や痰のねばつきが減ったことから、むせ込みの減少にもつながったと考える。今回の研究により改善した口腔内環境を維持するため、引き続き口腔内の観察とケアに努めていく。

引用・参考文献

www.konishi-dental.net/blog/post-106

照林社編集部 (2001) 最新口腔ケア

エビデンスに基づくスタンダード技術 照林社

柿木保明・山田静子 (2005) 看護で役立つ口腔乾燥と口腔ケア

機能低下の予防を目指して 医歯薬出版株式会社