

看護師が考えた製品を使った水のいない口腔ケア

札幌市立大学看護学部 村松真澄

東日本大震災の被災地でも感染症や肺炎の予防のため口腔ケアに注目が集まっているが飲み水さえ足りていない、環境や状況が整っていない避難所も多い。そのような中で歯ブラシによる口腔ケアは重要だが、避難生活者の口内状態や生活環境によっては「水を使わない口腔清掃法」も役立つと考える。

そこで米国の医療施設ICUなどにおいてVAP（人工呼吸器関連肺炎）予防のため口腔ケアに活用されている『洗浄水を使わない』口腔ケア製品を一例として紹介したい。



『Medline VAPrivent-Kit (VAP予防キット)』

これは実際に米国ICUで使用されている1日8時間毎3回分の口腔ケアキットです。(※全てディスプレイ用)

内容物：

- スタートセット：ヤンカー、Y字コネクタ、バルブコネクタ
- 1回目セット：吸引カテーテル、吸引歯ブラシ、スポンジブラシ
保湿洗口液、口内保湿ジェル
- 2回目セット：吸引スポンジブラシ×2、スポンジブラシ
保湿洗口液、口内保湿ジェル
- 3回目セット：吸引歯ブラシ、スポンジブラシ
保湿洗口液、口内保湿ジェル

元々はメドラインという清掃道具メーカーとバイオティーンという口腔ケア剤メーカーのセット商品であるが、それぞれの製品は日本においても購入可能である。

口内保湿ジェルのバイオティーンオーラルバランスは国内で採用している医療施設も多く、ご存知の医療者も多いと思われるが、被災地に支援物資として提供され好評な以下の2製品を一例として紹介する。

- バイオティーン トゥースペースト (保湿/歯みがき剤)
- バイオティーン マウスウォッシュ (保湿/洗口液)



バイオティーン製品は、VAP（人工呼吸器関連肺炎）起因菌やカンジダ菌などへの抗菌作用について臨床テストもされており、配合成分は唾液に含まれる成分と食品添加物というのも安心材料である。

「トゥースペースト」は唾液酵素を配合し、フッ素や発泡洗浄剤を含まない低刺激性歯みがき剤で、特に被災地のストレスの多い環境では健常者であってもドライマウス関連症状を抱えている方もいるのでお勧めです。おすすりは1回（酵素を口内に残すため）という使い方も、被災地では喜ばれている。



「マウスウォッシュ」は唾液酵素を配合し、ノンアルコールの低刺激性洗口液で、口内粘膜炎の方にもお勧めできる洗口液なので、ストレスや乾燥傾向の強い被災地にお勧めである。

通常30秒間「ブクブク」「クチュクチュ」うがいで吐き出すが、できれば被災地では60秒間「ブクブク」「クチュクチュ」うがいで吐き出すと通常唾液分泌が促進され、口内の洗浄効果が高まるのは勿論、口腔周囲筋の運動や唾液腺の刺激にもなるので効果的である。



特に要介護高齢者などは歯が喪失している部位があり、歯科医療職以外の者が歯磨きを効果的にすることは困難であるがスポンジブラシに「マウスウォッシュ」をつけて歯を含めた口内清掃をすると歯も粘膜もきれいになると同時に、唾液分泌効果もあり口腔内が潤う。またフレーバーに使用されているミントは脳に快刺激が与えられ、効果的である。

※ 水道が復旧したら「手洗い」「うがい」とともに、通常の歯磨きや洗口を励行する。
各被災地に支援物資としても提供されているので、ぜひ活用して欲しい。