

# そよかぜだより

2020  
12月号

そよかぜ歯科医院のURL  
<http://soyokaze-dc.com>



## 十二月（師走）

十二月に入り、今年も残す所あとわずかになりました。今年も新型コロナウイルスより、例年と違った一年になりましたね。新しい生活様式となり、順応するのに大変だった方が多いと思われます。また感染者が増えてきています。しっかりと感染予防として、外出後はしっかりと手洗い・うがいを行い、健康で新年をむかえましょう。

今年、一年ありがとうございました。また、来年もどうぞ宜しくお願い致します。よいお年お過ごしください。

## 診療時間変更のお知らせ

来年1月より、診療時間が変更になります。

午前 8:00~13:00

午後 15:00~18:00

よろしくお願い致します。



## 寝たきりの患者さんに行う口腔清掃

口の中をきれいに保つことは、健康的な日常生活を送るためには不可欠です。丁寧な口腔清掃によって、全身の身体機能の維持・向上がみられたケースもあります。口腔清掃を適切に行うと、むし歯や歯周病といった口腔内トラブルが減少します。また、カンジダ性口内炎といった口内感染症を予防することもつながります。

寝たきりの患者さんは口が開いたままになりやすいため、お口の中が乾燥します。お口に潤いを持たせるためにも、口腔清掃を行っていきましょう。

清掃を行う時は、返事がなくても必ず声をかけながら行います。いきなり清掃を行うとびっくりしてしまうので、これから行うことを説明し患者さんの不安を解消することもお互いの意思疎通をはかります。体勢は患者さんの状態に合わせて安定した姿勢を確保し、苦痛を与えないようにします。歯磨きの刺激で唾液が出やすくなりますので、清掃後の汚れた唾液の誤嚥やむせの予防の為、むせ防止介助者がケアしやすい体勢（上半身挙上や側臥位等）にし、衣服等を汚さないように、首にタオルを巻くかエプロンをかけおこないます。

吸引器で吸引しながら口腔内を洗浄し、歯をこする歯ブラシには口腔ケアの過程で多くの汚れ（細菌の塊や食物残渣など）が付着しますので、それをコップに入れた水などでしっかりと濯ぐことで、なるべくきれいな歯ブラシを口に戻すようにします。また、歯ブラシでは痛みを感じる方や歯がない方には、先端がスポンジ状になっている棒状のブラシで、水で濡らせたスポンジ部分で、お口のほぼの内側や唇の内側、歯ぐき、上あご、舌などの汚れをやさしく取り除いていきます。清掃後はうがいを行っていただきますが、ご自身でうがいのできる場合は口腔ケア用のウェットティッシュなどで、粘膜をふき取りながら汚れをとりましょう。

口の中が清潔に保たれ、口腔機能が回復すると、食べる楽しみや正常な味覚が戻り、体だけでなく心の健康にもつながります。高齢者の生活の質を向上させ、ご自身でも元気に自分らしく生活していただくための取り組みです。

## 年末年始休暇のお知らせ

12月29日（火）午後～

1月3日（日）

休診とさせていただきます。

緊急の場合は、流山市休日診療室へお願い致します。  
(9時～12時) TEL 04-7155-3456

## 院長のそよ

今年も、師走に入り、朝晩の冷え込みが増してきました。初水も観測され、冷え込みますが日中の気温が今年が高い日が多く寒暖差が大きいです。服装の選択に戸惑うところです。さらに、今年も新型コロナウイルスの感染流行、季節性のインフルエンザウイルス感染流行と二重三重の予防が必要とされています。

当医院も来年1月9日で開院から14年が経ちます。皆様を支えられたあつという間の14年間でした。その間多くの患者様に恵まれ、良いスタッフに恵まれたというのが率直なところです。今後とも宜しくお願い申し上げます。

来年から一部診療時間の変更があります。患者様の要望が多い早朝ですが午前8時からの開始にします。午前の診療をより充実したいと考えております。それに伴い午後は15時～18時の診療にします。日曜日は午前8時～13時までの診療とさせていただきます。ご不便をお掛けしますが宜しくお願い致します。