

講義

災害時の口からの健康支援 — 衛生の確保と栄養の摂取 —

2024年10月5日(土) 15:10~15:55

胆振総合振興局保健環境部 苫小牧地域保健室
(苫小牧保健所)2F会議室

東北大学 大学院歯学研究科 国際連携推進部門 世界展開力強化事業推進室 特任講師
東京科学大学 大学院 救急災害医学分野・健康推進歯学分野 非常勤講師
岩手医科大学 歯学部・長崎大学 歯学部 非常勤講師
日本災害時公衆衛生歯科研究会 世話人

中久木 康一
nakakuki@biglobe.jp

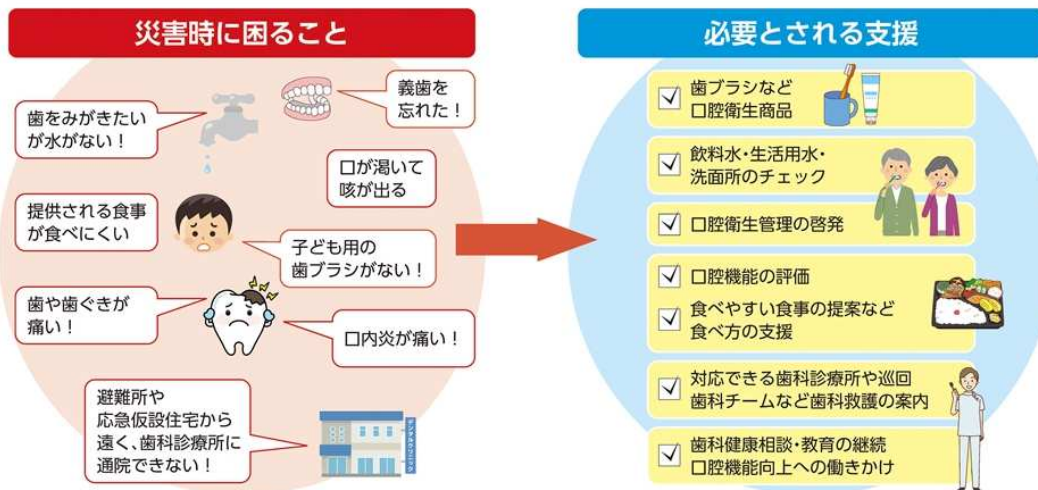
災害時の口からの健康支援

必要性

避難生活で必要とされる 口からの健康支援は？

- 歯科治療ニーズとして？
- 口腔ケアニーズとして？
- 口の健康を保つ環境として？
- ほかにも？

災害時の歯科保健医療のチェックポイント



歯科治療ニーズ

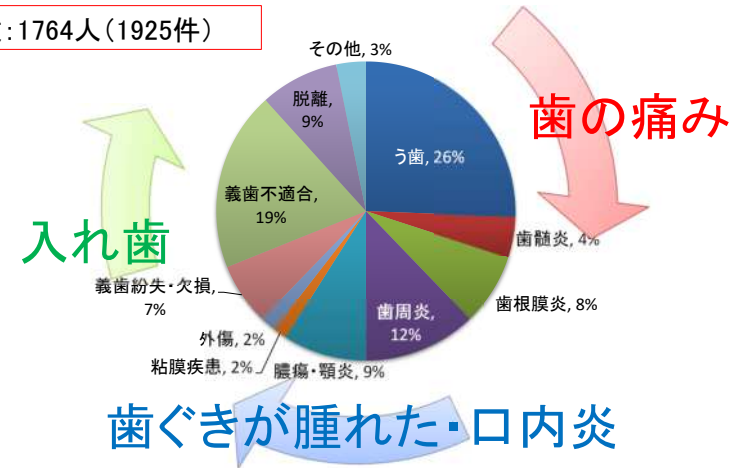
- 歯が痛い
- 歯や顎が腫れた
- 口内炎ができて痛い
- 歯のまわりから血が出る
- 義歯が痛い
- 義歯をなくした/忘れた
- 食事が食べにくい(咀嚼・嚥下)
- 口が乾く
- 口が臭い

阪神・淡路大震災 避難所巡回診療における応急歯科診療

1995 1/21-3/31

巡回診療における病名分類

総数: 1764人(1925件)



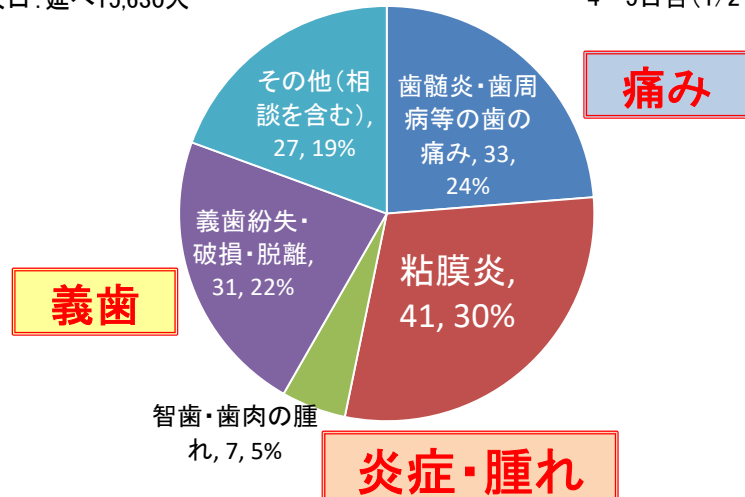
出典: 阪神・淡路大震災と歯科医療(兵庫県病院歯科医会)P24~26

歯科保健医療支援活動の需要

阪神・淡路大震災での初期(4~5日目)の調査(139名)

避難場所: 神戸市東灘区8か所
避難人口: 延べ15,630人

大阪歯科大学 西川ら
4~5日目(1/21~1/22)
n=139

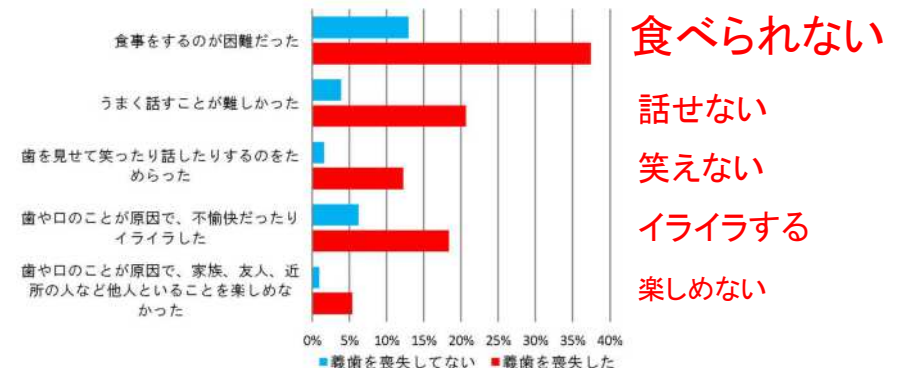
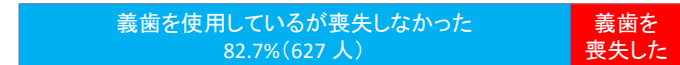


出典: 阪神・淡路大震災と歯科医療(兵庫県病院歯科医会)

災害時の義歯喪失の食事や会話への影響

東日本大震災後の沿岸被災地域の調査において
震災前から義歯を利用していた人758人

17.3%(131人)



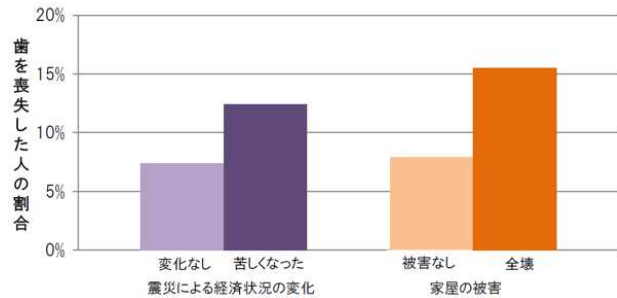
Yukihiro Sato et al., Impact of Loss of Removable Dentures on Oral Health after the Great East Japan Earthquake: A Retrospective Cohort Study. Journal of Prosthodontics, 2014 Sep 14. doi: 10.1111/jopr.12210.

震災被害で歯を失うリスク8%増加

～東日本大震災前後の被災者のデータ分析より～

東日本大震災で大きな被害を受けた宮城県岩沼市に住む、65歳以上高齢者3,039人の震災前後の追跡調査データを分析し、震災の被害と歯の健康について研究した結果、**震災被害が大きい群で歯の喪失が多い**という関連が見られました。**経済状況の悪化は歯の喪失リスクを8.1%** (95% CI: 0.5, 15.7)、家屋の被害は歯の喪失リスクを1.7%(95% CI: 0.2, 3.3) (*1)**増加**させていました。

被災者はうつやPTSDなどの精神的健康のみならず、口腔の健康も悪化しやすいことが明らかになりました。**震災被害が大きかった人たちで、歯を失う割合が高い**

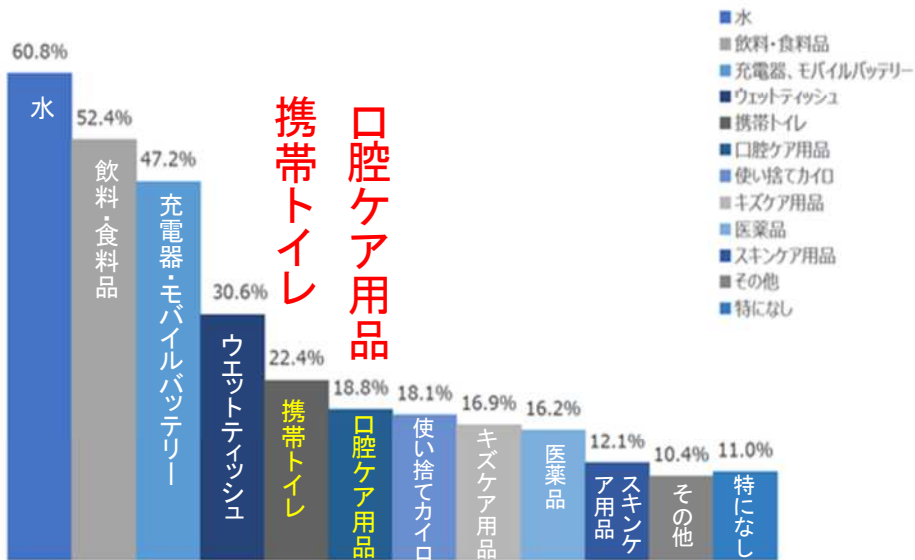


Matsuyama Y, Aida J, Tsuboya T, Hikichi H, Kondo K, Kawachi I, Osaka K. Are lowered socioeconomic circumstances causally related tooth loss? A natural experiment involving the 2011 Great East Japan Earthquake. American Journal of Epidemiology 2017

口腔ケアニーズ

- 口腔清掃をしているか・できているか
 - 物が無いのか、場所が無いのか、介助が無いのか
- 義歯をはずしているか
 - 清掃しているか、乾燥していないか
- 口腔ケアの介助者が確保できずにやって欲しい
 - 高齢？障害？
- ハブラシなどの口腔ケア用品が欲しい
 - 子ども用？義歯関係は？

被災した際になくて困ったもの、必要だったと気づいたもの



ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社、岩手・宮城・福島被災経験者に防災グッズに関する意識調査
対象：岩手・宮城・福島被災経験者 1000 人 (20~60 代の男女各 100 名)、方法：オンライン、期間：2021 年 2 月 5 日～9 日

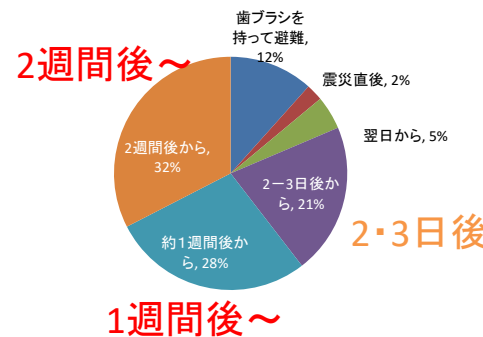
調査報告

川野知子ら, 歯科衛生学会 7(2)58-63, 2013

東日本大震災被災者における口腔衛生状況と口腔内環境に関する調査報告

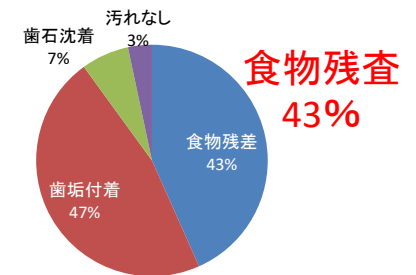
2011年3月30日～4月1日 宮城県南三陸町の避難所6か所、46名

歯ブラシが入手できた時期



n=44

義歯の汚れ

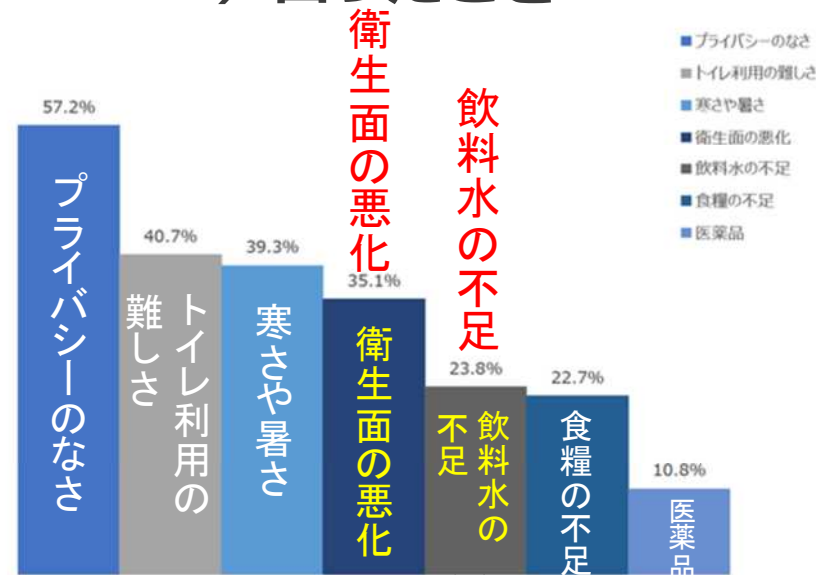


n=30

口の健康を保つ環境・その他

- 歯みがきをする場所が欲しい
 - プライバシー、高齢者でも水を出せる？
- うがいする水がない
- 衛生的に管理できているか
 - 歯みがきの共用、洗面所の換気
- 口腔機能の問題が生じていないか、低下してきていないか
- 食事(咀嚼・嚥下)に問題はなさそうか
 - 残食はどうか

■ 避難所で生活した際に不便だった／困ったこと

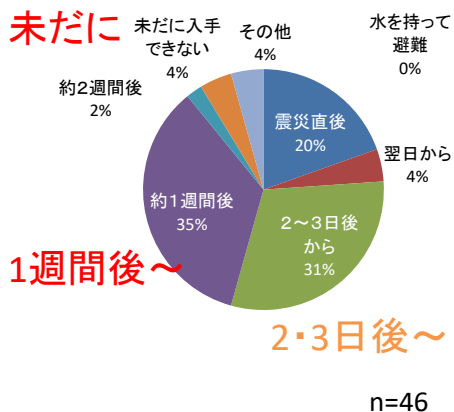


ジョーンズ・エンド・ジョーンズ株式会社、岩手・宮城・福島の被災経験者に防災グッズに関する意識調査
 対象：岩手・宮城・福島の被災経験者 1000人 (20～60代の男女各100名)、方法：オンライン、期間：2021年2月5日～9日

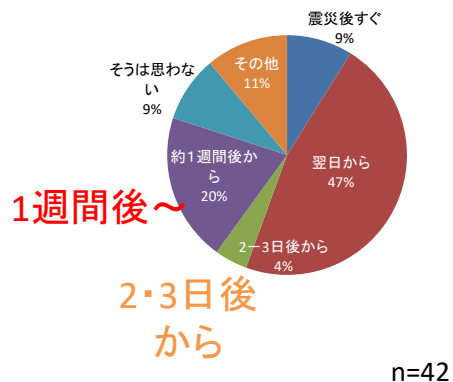
調査報告

東日本大震災被災者における
 口腔衛生状況と口腔内環境に関する調査報告
 2011年3月30日～4月1日 宮城県南三陸町の避難所6か所、46名

口をゆすぐ水が 入手できた時期



「口の中を清潔にしよう！」 と思うことができた時期



災害時の口からの健康支援

評価

2019年度 災害時の保健活動推進マニュアル
(地域保健総合推進事業)

【歯科保健・医療対策のチェック項目と症状】 p.57参照

チェック項目	
歯科保健・医療対策	<input type="checkbox"/> 口腔衛生や口腔機能の低下に配慮が必要な対象者がいる (配慮が必要な者：乳幼児・妊婦・後期高齢者・障害児者・要介護者・糖尿病等の有病者)
	<input type="checkbox"/> 飲料水・生活用水・洗口場所が不十分である
	<input type="checkbox"/> 歯ブラシ・歯磨き剤、コップ、義歯洗浄剤、義歯ケースなど資機材が不足している
	<input type="checkbox"/> 口腔清掃状況が不十分である
	<input type="checkbox"/> 歯痛や口内炎を訴える者、食事摂取が不自由な者がいる
	<input type="checkbox"/> 歯科診療所、巡回歯科チームなどの歯科保健医療体制がない

発行
2020年3月

歯科／集団・迅速

災害時避難所等
口腔保健アセスメント票

項目

基本情報

対象者	避難者数 高リスク者数
(1) 歯科医療	歯科保健医療の確保状況
(2) 環境	水・洗口場の確保状況
(3) 用具	歯ブラシ・歯磨剤の確保状況
(4) 行動	口腔衛生行動介助の有無
(5) 症状	痛みや不自由さの有無
	その他

評価項目の名称	評価項目の項目	評価項目の項目	評価項目の項目	評価項目の項目
1. 避難所等の名称	〒 月 日 ()	避難所等の名称	避難所等の項目	避難所等の項目
2. 避難所等の所在地	〒 月 日 ()	避難所等の名称	避難所等の項目	避難所等の項目
3. 避難所等の施設名	〒 月 日 ()	避難所等の名称	避難所等の項目	避難所等の項目
4. 避難所等の施設名	〒 月 日 ()	避難所等の名称	避難所等の項目	避難所等の項目
5. 避難所等の施設名	〒 月 日 ()	避難所等の名称	避難所等の項目	避難所等の項目
6. 避難所等の施設名	〒 月 日 ()	避難所等の名称	避難所等の項目	避難所等の項目
7. 避難所等の施設名	〒 月 日 ()	避難所等の名称	避難所等の項目	避難所等の項目
8. 避難所等の施設名	〒 月 日 ()	避難所等の名称	避難所等の項目	避難所等の項目
9. 避難所等の施設名	〒 月 日 ()	避難所等の名称	避難所等の項目	避難所等の項目
10. 避難所等の施設名	〒 月 日 ()	避難所等の名称	避難所等の項目	避難所等の項目

(1) 歯科医療	1. 歯科診療所 () 2. 巡回歯科チーム ()	3. 歯科診療所 () 4. 巡回歯科チーム ()	5. 歯科診療所 () 6. 巡回歯科チーム ()	7. 歯科診療所 () 8. 巡回歯科チーム ()
(2) 環境	1. 飲料水 () 2. 生活用水 ()	3. 飲料水 () 4. 生活用水 ()	5. 飲料水 () 6. 生活用水 ()	7. 飲料水 () 8. 生活用水 ()
(3) 用具	1. 歯ブラシ () 2. 歯磨き剤 ()	3. 歯ブラシ () 4. 歯磨き剤 ()	5. 歯ブラシ () 6. 歯磨き剤 ()	7. 歯ブラシ () 8. 歯磨き剤 ()
(4) 行動	1. 歯痛 () 2. 口内炎 ()	3. 歯痛 () 4. 口内炎 ()	5. 歯痛 () 6. 口内炎 ()	7. 歯痛 () 8. 口内炎 ()
(5) 症状	1. 痛み () 2. 不自由さ ()	3. 痛み () 4. 不自由さ ()	5. 痛み () 6. 不自由さ ()	7. 痛み () 8. 不自由さ ()

個別アセスメントの「評価」6つ

災害 3 歯科保健医療 ニーズ調査・啓発・指導 実施票(個別・複数) 作成 2020.3.1 更新 2023.4.1 印刷 2024.5.1

実施場所(施設名・建物名): _____ 実施日: 年 月 日 No. _____

実施場所の所在地: _____ 当日の避難人数: _____

実施場所の名称: _____ 実施場所の所在地: _____

実施場所の名称: _____ 実施場所の所在地: _____

実施場所の名称: _____ 実施場所の所在地: _____

実施場所の名称: _____ 実施場所の所在地: _____

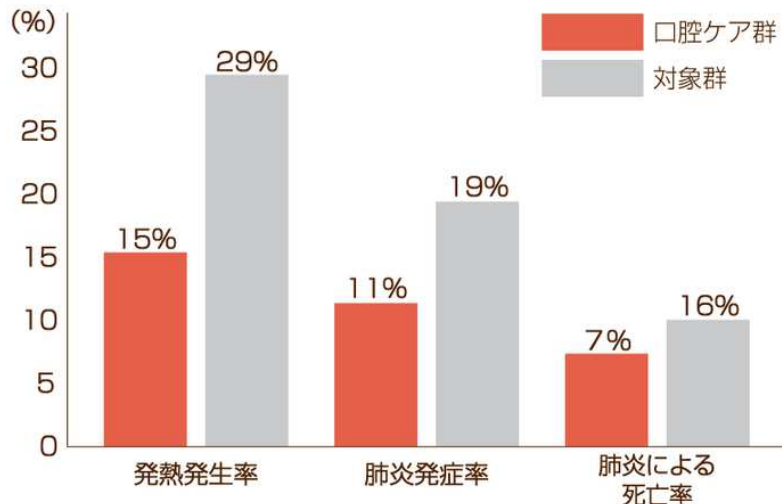
実施場所の名称: _____ 実施場所の所在地: _____

アセスメント項目	(1) 食事を する時の 問題	(2) 歯みがきの 環境 問題	(3) 歯みがきを する 問題	(4) 歯や口の 清掃 問題	(5) 歯科治療 の 必要性	(6) 歯科治療 の確保 問題
内容	歯が痛い・食べにくい・食事時のムセ	歯ブラシ・ケア用品・水や場所の確保	歯みがきができない・介助磨きがされている	口渇・口臭・舌、口の中の汚れ	痛み・義歯紛失等に対する歯科治療の必要性	近隣の歯科診療所、交通手段、移動の可否など

災害時の口からの健康支援

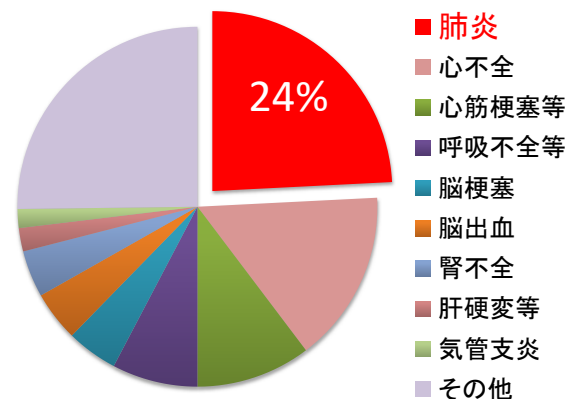
健康問題の予防

継続的専門的口腔ケアは誤嚥性肺炎の発症率と死亡率とを下げる



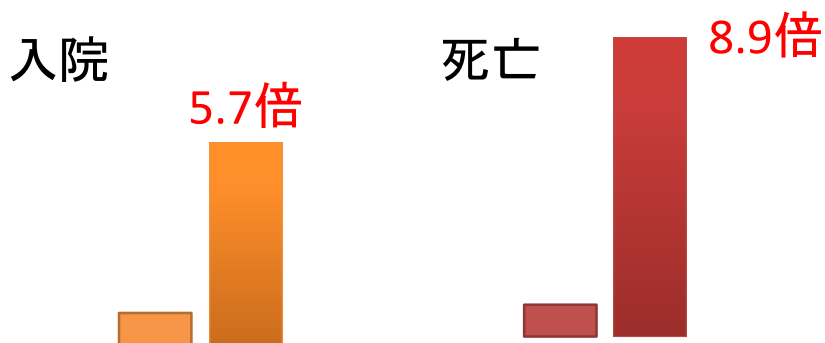
※出典: 米山武義先生ほか『口腔衛生の誤嚥性肺炎に対する予防効果』(日歯医学雑誌) 2001年更新
 誤嚥性肺炎を予防! 歯科医が教える口腔ケアの重要性と実践方法 | 介護の教科書 | みんなの介護
<https://www.minnanokaigo.com/news/kaigo-text/oral-care/no11/>

阪神・淡路大震災における災害関連死の24%が肺炎



災害関連死: 921
 全犠牲者数: 6402
 神戸新聞, 2004.5.14

肺炎の発生率は、3カ月間有意に増加 最大の増加を示したのは震災後2週間



- 90%は65歳以上の高齢者
- 避難所・介護施設からの入院患者数が多かった
- 死亡率は、介護施設からの入院は45%!

Daito H, et. al., Impact of the Tohoku earthquake and tsunami on pneumonia hospitalisations and mortality among adults in northern Miyagi, Japan: a multicentre observational study. Thorax. 2013 Jun;68(6):544-50. doi: 10.1136

震災関連死因、呼吸器・循環器系疾患が5割超

2017/9/26 21:55 熊本日日新聞

分類	人数	割合(%)
呼吸器系の疾患 (肺炎、気管支炎など)	53	28.0
循環器系の疾患 (心筋梗塞、くも膜下出血など)	50	26.5
内因性の急死、突然死	28	14.8
自殺	16	8.5
感染症(敗血症など)	14	7.4
腎尿路生殖器系疾患 (腎不全など)	6	3.2
消化器系疾患(肝不全など)	3	1.6
その他(アナフィラキシー ショック、出血性ショックなど)	19	10.0
合計	189	100.0

震災関連死189人の主な死因
 (8月末現在、県中間まとめ)

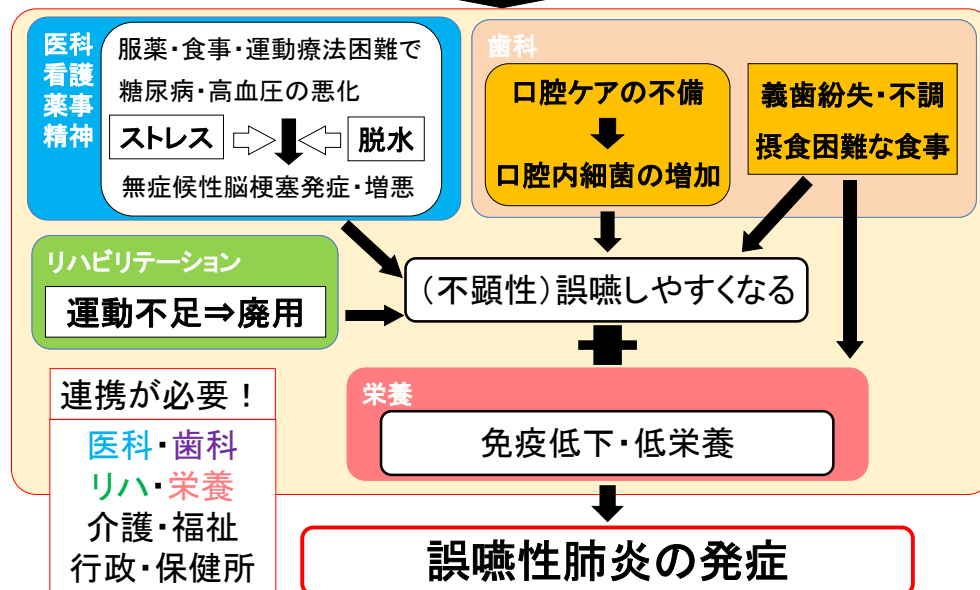
呼吸器疾患＝災害関連死の30%

1995	2004	2011	2016
阪神淡路 大震災	新潟県 中越地震	東日本 大震災	熊本地震
33.6%	23.1%	31.3%	28.4%
310 / 922	12 / 52	86 / 275	56 / 197
2004年4月14日 神戸新聞	2009年10月21日 消防庁発表	2011年3月13日 河北新報, 帝京大学 (石巻市)	2017年12月末現在 熊本県まとめ

災害関連疾病の予防を目的とした災害時
要配慮者等に対する**健康支援活動が重要**

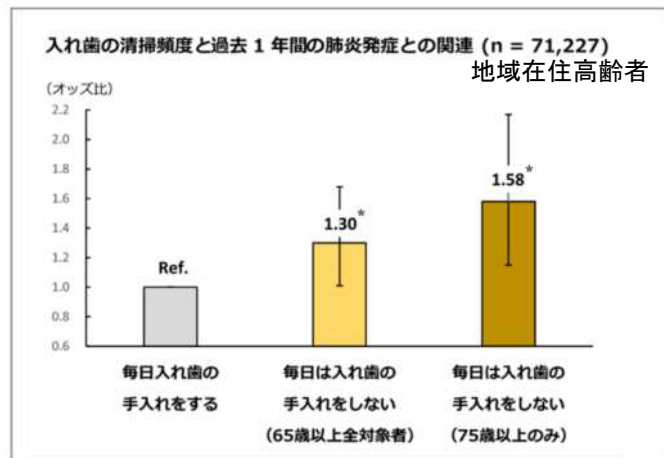
避難所の歯科保健の重要性, 地域保健, 2022年7月号, P36より改変

災害時の環境: ライフライン不備、食糧・水不足、睡眠・トイレ不足



足立平, 岸本裕充, 門井謙典. 大規模災害における気道感染予防の重要性. 日本口腔感染症学会雑誌. 2012;vol. 19-1 より改変
中久木康一. 令和元年度九州地区連合歯科医師会研究事業・災害口腔医学研修会資料より

入れ歯を毎日清掃しない人は、
過去1年間の肺炎発症のリスクが1.30倍
75歳以上の人に限ると1.58倍高い



Kusama T, Aida J, Yamamoto T, Kondo K, Osaka K. Infrequent Denture Cleaning Increased the Risk of Pneumonia among Community-dwelling Older Adults: A Population-based Cross-sectional Study. Sci Rep 2019; 9: 13734. DOI: 10.1038/s41598-019-50129-9

歯科治療の中断は健康状態が悪化する

- Web調査「JACSIS (Japan COVID-19 and Society Internet Survey) 研究」
- パンデミック第5波に当たる2021年9月27日～10月30日, 有効回答2万7,185人 (年齢範囲15～79歳, 男性49.7%). 50～60%は歯科治療を継続しており, 4～8%は中断していた。
- 糖尿病患者1,719人のうち88人が歯科治療を中断しており, そのうち16人 (18.2%) が糖尿病の悪化を報告。歯科治療を継続していた1,043人ではその割合が5.6%だった。年齢、性別、喫煙習慣、教育歴、収入、居住環境 (独居か否か、持ち家か否か) を共変量として調整した解析でも、**病状悪化率の群間差は有意だった** (P=0.0006)。
- 同様の解析で、高血圧症 (P=0.0003)、脂質異常症 (P=0.0036)、心・脳血管疾患 (P=0.0007)、喘息 (P=0.0094) も、**歯科治療を中断した群の病状悪化率の方が有意に高かった**。アトピー性皮膚炎とうつ病などの精神疾患に関しては、有意差が見られなかった。

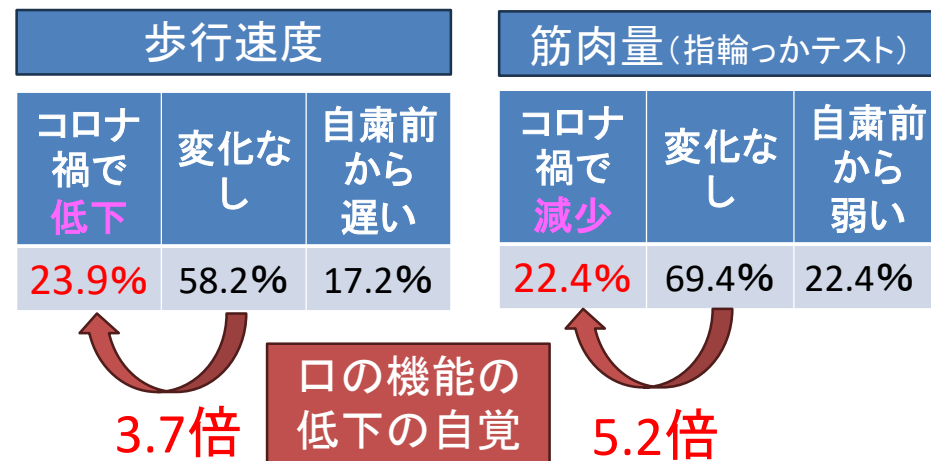
British Dental Journal, 2023年4月11日

加齢 と フレイル



コロナ禍以前と自粛要請後(6~7月)のフレイルチェックデータの比較(n=134)

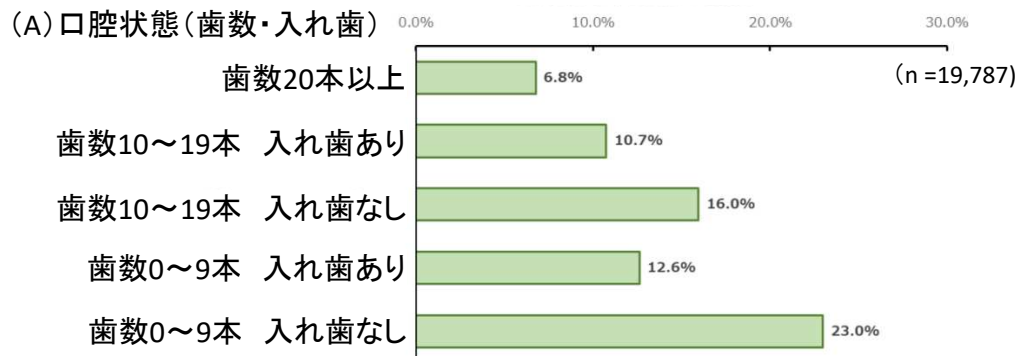
神奈川県平塚市在住のフレイルチェックに参加した高齢者124人(平均77.0歳、女性71%)



飯島勝矢先生, m3.com臨床ニュース, 2022年2月7日

口腔状態が悪い・口腔関連QoLが低いと食欲低下につながる可能性

食欲低下のみられた人の割合



Kusama T, Takeuchi K, Kiuchi S, Aida J, Osaka K. The association between objective and subjective oral health conditions and the presence of anorexia of aging among Japanese older Adults. Appetite. 2024;198:107332. DOI :https://doi.org/10.1016/j.appet.2024.107332

災害時の口からの健康支援

活動

災害時の歯科の活動

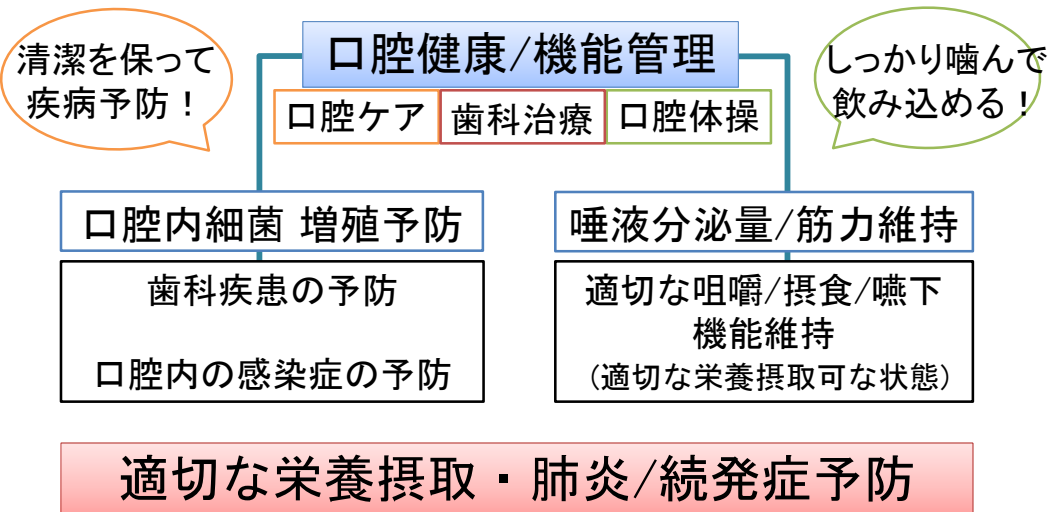


災害時の歯科の役割

役割	対象	連携
個人識別への協力	犠牲者	警察 海上保安庁 監察医 など
歯科医療活動	歯・口腔の健康問題を抱える人 痛みのある人 義歯破損・不適合の人 通院中だった人	災害拠点病院 DMAT / JMAT 日本赤十字社 災害医療コーディネーター など
歯科保健活動	歯・口腔の健康問題のない人 特に重要なのは要配慮者 高齢者(摂食・嚥下障害) 有病者(糖尿病など) 乳幼児・小児 など	自治体/保健所 保健センター 地域の事業所 地域包括支援センター など

災害時の口腔保健, 口腔保健・予防歯科学(第2版), P315, 医歯薬出版, 東京, 2023

口腔健康管理/口腔機能管理



うがいの不要な歯みがき剤



水が不要な口腔ケア

まずはここから!

6か月頃～ **1歳6か月頃～**

歯みがきシート

Oral plus
オーフルプラス
口腔ケア ウエットー

POINT 1 **お口スッキリ**
メントール(清涼剤)・キシリトール(甘味料)配合。スッキリとした爽快感のある拭きごちです。

POINT 2 **ミントの香り**
ほんのりさわやかなミントの香り付き。口臭が気になる方にもおススメです。

POINT 3 **丈夫なフラットシート**
しっかり拭いても毛羽立ちにくい、丈夫なフラットシートだから使いやすい。

スッキリとした使用感を求める方はこちら

少ない水での入れ歯のケア

毎食後 食後や臭いが気になる時に

泡でブラッシングする簡単なお手入れ

ポリデント フレッシュクレンズ

泡でブラッシングする、新感覚の義歯洗浄剤

「ポリデントフレッシュクレンズ」は、泡によって義歯を手軽にすばやくブラッシングする、フロンシュタイプ(フロン)の義歯洗浄剤です。発泡剤タイプの「ポリデント」製品と同等の除菌力を持ち、義歯装着時のミントの香りによる爽快感、既存の歯磨剤を使った洗浄に比べて義歯材質を損傷させない等の安全性も大幅に向上しました。

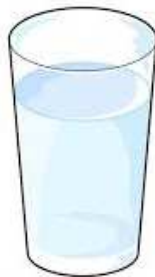
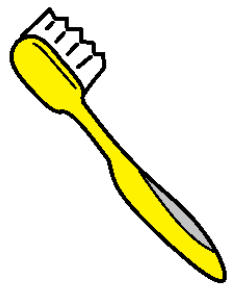
99.9%の除菌効果を維持

1 ボトルをよく振ってから適量を入れ歯にかけます。

2 約90秒間ブラッシングを行います。

3 洗浄後は水でよくすすいでください。

足りないもの



「口腔ケア用品」

「人」

「水」

+ 洗面所

お口のケアで、健康づくりを。

災害 時は、過度のストレスや緊張から唾液が減り、水の不足等によって生活が乱れ、口腔ケアがおろそかになりがちです。

口腔 内を清潔に保てないと、誤嚥性肺炎などの呼吸器感染症を引き起こしやすくなります。

毎日 の生活から、ていねいな口腔ケア(歯磨き、うがい)や入れ歯の清掃を心がけることが、災害時への備えになります。

口腔ケアは、歯周病の悪化や口内炎、発熱(肺炎)の予防になります。

神奈川歯科大学大学院 横須賀・湘南地域災害医療歯科学センター

災害・避難所生活でも **むし歯に負けない!!**

避難所生活が長期化すると子どもたちのむし歯もできやすくなります。子どもたちのお口の健康も守りましょう

復興へ向け、健康が大事!! それには、お口の健康がキーポイント!!

気をつける3つの約束

- 歯磨き 決めた時間!! 歯磨き・早起き!! (歯磨き・早起き)
- 甘いおやつやお菓子をだらだら食べをしない!! (時間を決めて食べよう)
- 歯みがきができなから 食後にキシリトールガム シュガーレスガムをよく噛む!!

緊急時の簡単!お口のケア方法!!

水が少ない、または使えない場合の歯みがき方法

水が少なくても、歯磨きをするときは、歯磨き剤を少量の水で溶かして使う。歯磨き剤を少量の水で溶かして使う。歯磨き剤を少量の水で溶かして使う。

唾液をたくさん出す方法

水をたくさん飲む。唾液は口の中を潤わせます。唾液は口の中を潤わせます。唾液は口の中を潤わせます。

水不足により歯みがき、うがい不足となり口の中の細菌が増殖します。歯周病の中で、最も多かったのが肺炎、喉頭の多くが誤嚥性肺炎と考えられています。避難所での必要な設備に加え、避難先などからお口の清掃器具がなくなり、避難生活で体力が低下し、口の中の細菌を増殖し、誤嚥性肺炎につながると考えられています。

一般社団法人 日本小児歯科学会 <http://www.jspd.or.jp/>


歯みがきと ブクブクうがいで 肺炎を 予防しましょう！



公益社団法人 日本歯科衛生学会

うがいをしましょう


口の周りの筋肉は使ったよりも衰えている方が多いものです。「うがい」をすることで唇・頬・舌の力が鍛えられます。毎日することですら継続しやすく簡単です。自分には早いと思っている人も、予防のために是非お試しください。



右の頬で音を出し
ブクブク 10回



左の頬で音を出し
ブクブク 10回



両方音を出して
ブクブク 10回

しっかりと唇が閉じて水が口から漏れませんか？
 水がのどに入ってムセませんか？
 ブクブクと大きな音が出ましたか？
 30回うがいすると疲れましたか？

毎日続けて行うことで咀嚼力（噛む力）や
嚥下力（飲み込む力）を保つことができます。

マスクをしたままでもできる お口の体操

～ 唇や舌、頬やのどの筋力アップをすることは全身の健康へとつながります。
美味しく安全に食べて健康に過ごしましょう ～

①唇をとがらせ前に突き出す



②左右にしっかりと引く



③大きく開ける



唇を閉じ、唇の内側で舌をくるくる回す



①頬をふくらます



②頬をへこます



③左右交互に頬をふくらます



④唇をしっかりと閉じ上下交互に唇をふくらます



間口訓練



①口を最大限に大きく開ける
②10秒間 保持する
③10秒間 やすむ
④②③を繰り返す

前舌保持嚥下訓練
(マロ出しごっこ)



①舌を少し前に出し、唇を閉じる
(舌を強く咬まないよう注意しましょう)
②そのまま、つばをゴックンと飲み込む
※舌の上でできるようにしっかりと舌を押し出すように練習しましょう

変気を減らさないようにするのがポイントです！
食前や空き時間に5回～10回行いましょう

監修：戸原 圭 教授 東京歯科大学 歯学部リハビリテーション学分野
制作：日本歯科衛生学会 事務局 広報・普及課 事務局 広報・普及課 事務局 広報・普及課

日本歯科衛生学会

マスクをしたままでもできるお口の体操(動画)





表11 歯科保健におけるフェーズ分類と歯科的問題点

フェーズ	時期(目安)	歯科的問題点	住民の声
0	発災～24時間	・口腔衛生用品不足	・逃げるのに精一杯で義歯を持ち出せなかった ・義歯ケースがなくなった
1	24～72時間以内	・歯科救護 ・義歯紛失 ・外傷等による歯牙損傷	・逃げる時に転んで顎を打って痛くて食べられない ・歯を磨きたくても水がない ・歯を磨くことを忘れていた 等
2	4日目～1か月	・口腔衛生状態悪化 ・義歯清掃管理不良 ・口腔機能低下 ・食事形態による食べ方支援が必要 ・感染予防 ・口腔ケア啓発	・支援物資に子ども用の歯ブラシが見つからない ・歯が痛い診てくれる歯医者がない ・歯を磨いていないので歯肉が腫れてきた ・口内炎が痛い ・水が冷たくて歯を磨きたくない ・予約していた主治医と連絡が取れない ・お菓子を好きだけ食べるが、避難所で注意しにくい ・喉がよく潤って痛い、ほこりが多くて咳がよくでる ・洗面所が遠いので行けない ・義歯を外した姿を他人に見られたくないので、入れたまま歯磨きをしている ・災害後一度も義歯を外していない 等
3	1か月～6か月	・口腔ケア ・口腔機能向上支援の継続	・震災前は歯ブラシ・歯間ブラシで手入れをしていたが、災害後はする意欲がなくなった ・応急仮設住宅がかりつけの歯科医院から遠いので通院できなくなった ・子どものむし歯は気になるが歯科診療所が遠い ・お弁当の冷たい揚げ物などが固くて食べられない等
	6か月～	・継続した歯科健康相談・健康教育等	・地元の歯科診療所の診療が開始されたが、医療費のことが心配でなかなか受診できない ・応急仮設住宅からの交通機関が不便で、かかりつけだった歯科医院の受診は難しい ・予防は大切と思うが、今後の事が心配で歯を磨く意欲がなくなった 等

全国保健師長会
災害時の保健活動
推進マニュアル
(令和2年3月)
P58

図20 歯科保健活動のポイント

- ・個別・集団
- ・ライフステージ



全国保健師長会
災害時の保健活動
推進マニュアル
(令和2年3月)
P59

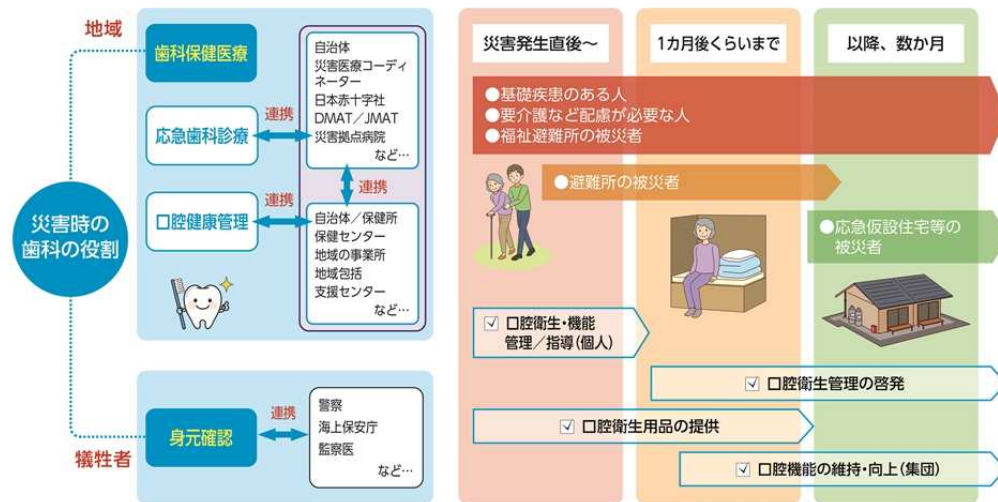


災害時の口腔健康管理

時期	対象	場所	問題点	内容	対応者
超急性期 ～急性期	有病者	病院	易感染性	徹底した 個別口腔健康 管理の提供	看護師, 歯科衛生士, 歯科医師, など
超急性期 ～中長期	要配慮者	福祉避難所/ 高齢者・障害 者施設	介護力ダウン, ライフラインダ ウン	個別口腔健康 管理・指導, 口腔ケア用品 の提供	歯科衛生士, 歯科医師, 言語聴覚士, 介護福祉士, など
		在宅	孤立(情報不 足, 交通手段 不足)		
急性期 ～慢性期	一般	避難所	環境の不備 (洗面所, うが い水, など)	口腔健康管理 の啓発, 口腔健康管理 用品の提供	歯科衛生士, 歯科医師, 保健師, など
慢性期 ～中長期	一般 要配慮者	応急仮設住宅 災害公営住宅	孤立(情報不 足, 交通手段 不足)	口腔健康管理 の啓発, 口腔 機能の維持・ 向上	歯科衛生士, 保健師, など

災害時の口腔保健, 口腔保健・予防歯科学(第2版), P318, 医歯薬出版, 東京, 2023

災害時の地域における歯科の役割は「応急歯科診療」と「口腔健康管理」



令和4年度厚生労働行政推進調査 <http://jsdphd.umin.jp/pdf/221A2006.nkkk.booklet.4p.pdf>



- JDAT (日本災害歯科支援チーム)は、歯科医師・歯科衛生士・歯科技工士などによるチームです。
- 避難所や高齢者施設等において、応急歯科治療や口腔衛生の確保・口腔機能の維持をサポートします。



歯科相談 応急歯科治療

近隣の歯科診療所が再開するまでの間、痛みをとる、食べやすくする、などの応急治療を行います。

- 歯が痛い、口内炎ができた
- 入れ歯が痛い、ゆるい
- 歯の詰め物がとれた



歯科保健活動

歯や口のお困りごとを確認し、災害時の生活における工夫の仕方を、おひとりおひとりの状態にあわせてご紹介・ご説明し、必要な歯みがき用品をご提供します。災害時の口のおケアが、肺炎などのからだの病気を予防することなども、あわせてお伝えします。

- お水が少ない時の歯みがきの工夫
- お口が乾きやすい時のマッサージ方法



【集団】 お口の 健康づくり

皆さんがお集まりの場所で、歯や口からの健康の保ち方をご説明したり、お口の体操をしたりします。

- お口の体操
- 歯や口と健康 講和



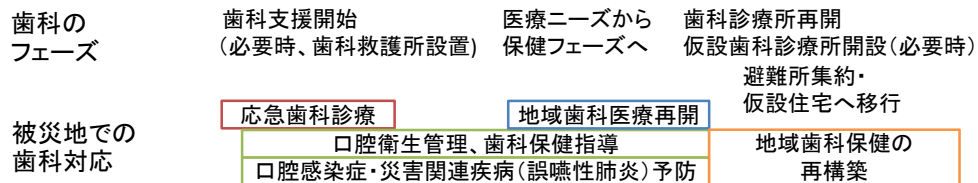
地域の歯科医療 提供体制の再構築

地域の歯科診療所の再開状況にあわせて、治療が必要な方を診療所に繋ぎます。

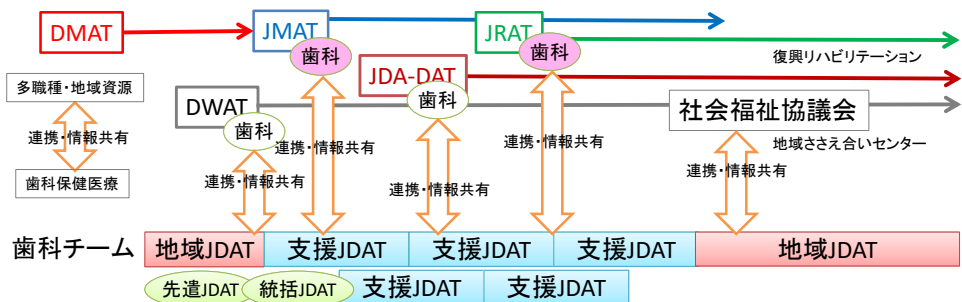
これらの支援を通じて、被災した地域が日常を取り戻すためのお手伝いをさせていただきます。歯や口に関することで、お困りのことやご希望がありましたら、遠慮なくご相談ください。歯みがき用品の提供を含め、全て無料です。

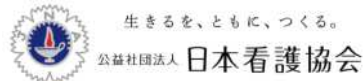
<連絡先> **歯科医師会 ***-**-****

保健医療・福祉活動チームとJDATとの連携



保健医療・福祉活動チームとJDATとの連携 ※ 概念図であり、タイミングはこの限りではありません



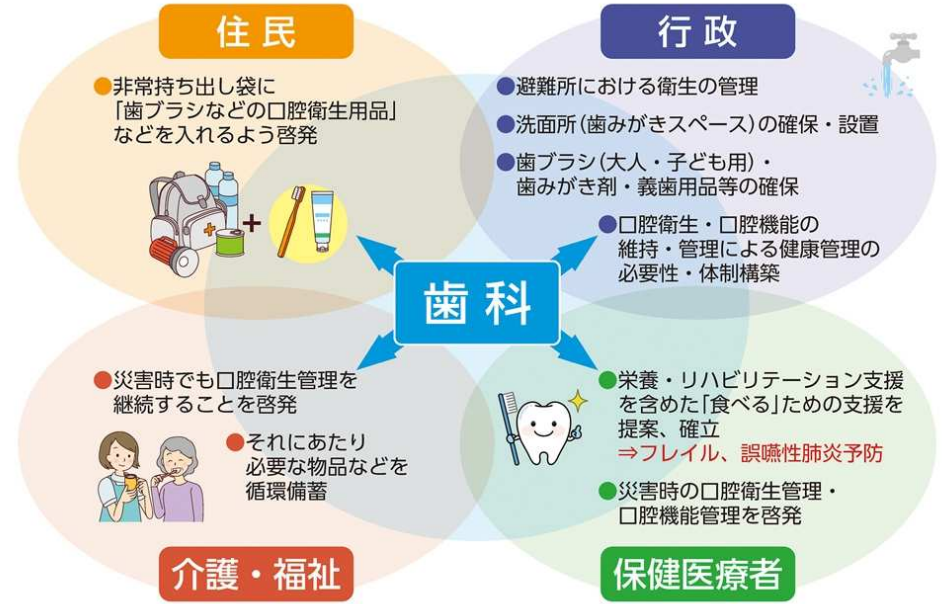


公益社団法人 日本栄養士会



© 2024 DP/PHD

災害時のために歯科がしておくべきこと



令和4年度厚生労働行政推進調査 <http://jsdphd.umin.jp/pdf/221A2006.nkkk.booklet.4p.pdf>

覚えてください、防災にオーラルケア。

災害が最大の災害時には、まず最初に食料や水、医薬品などの必需品が求められます。「1日や2日、食を断りたくても大丈夫」「それくらい我慢できる」と思われがちです。しかし、「食料が断り」というような状況は、これらと共に、歯のケアも必要になります。

■ 災害時、歯みがきができない状態に陥る可能性があります。 ■ 災害時の備えとして、熊本地震で被災された皆さまへ、防災にオーラルケア。

健康は、おうちから。災害時の備えにオーラルケアを。

SUNSTAR

ひなんするとき、はぶらし・はみがきわすれずに。

覚えてください、防災にオーラルケア。

先生、おうちの防

おし歯を防いで、からだを守る。災害時の歯の健康維持のため、ハブラシとハミガキを準備してください。サンスターからのお願いです。

お近くの方々にもお伝えください。配布等に承諾は不要です。

いつもの生活を取りもどす！

熊本地震で被災された皆さまへ

いつもの生活を取りもどすための役立つ情報まとめ

政府からのお知らせ

2016年4月28日発行
2016年5月12日更新
2016年5月18日更新

いつもの生活を続けられる準備をしよう！

非常用持ち出し袋 避難の際に持ち出すもの！

- 水
- 食品
(ご飯(アルファ米など)、レトルト食品、ビスケット、チョコ、乾パンなど：最低3日分の用意)
- 防災用ヘルメット・防災ずきん
- 衣類・下着
- レインウェア
- 紐なしのズック靴
- 懐中電灯(※手動充電式が便利)
- 軍手
- 洗面用具
- 歯ブラシ・歯磨き粉
- タオル
- ペン・ノート
- 感染症対策にも有効です! —
- マスク
- 手指消毒用アルコール

高齢者がいる家庭の備え

- 大人用紙パンツ
- 杖
- 補聴器
- 入れ歯
- 入れ歯用洗浄剤
- 男性用吸水パッド
- デリケートゾーンの洗浄剤
- 持病の薬
- お薬手帳のコピー

ほかにも、家庭に必要なものは日ごろから備えておきましょう

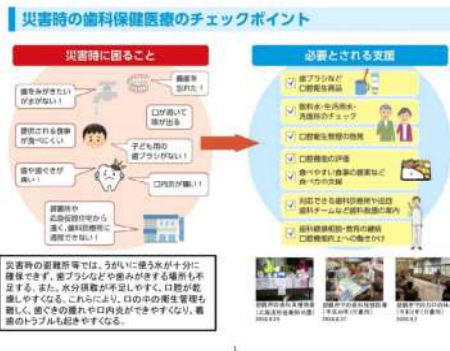
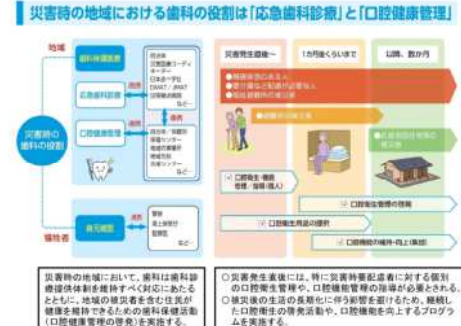
令和4年度厚生労働行政推進調査 <http://jsdphd.umin.jp/pdf/22IA2006.nkkk.booklet.4p.pdf>

大規模災害時の 歯科保健医療活動 ～口腔機能からの健康維持～

災害時には歯科医療機関も通常通りの対応はできませんが、生活環境が整わない避難生活における歯や口の健康被害も生じてきます。

通常の歯科医療提供体制が回復するまでの間の応急歯科診療活動とともに、特に避難生活が困難と考えられる災害時要配慮者の方々に対する口腔衛生管理や口腔機能管理、およびその啓発による歯科保健活動を行い、被災地域で生活される方々の健康管理を行うことが必要です。

大規模災害時には、必要に応じて県外からの歯科チームも含めて、自治体や保健所の管理のもとでの活動が行われます。



月刊nico 2018年8月号

歯科の災害保健医療支援

お口の健康が命を救う!

大規模災害が起きたとき、現場で保健医療支援活動を行うのは、医師の医療者だけではありません。歯科医療者も、歯と口の健康が被災者の命を助ける重要な役割を果たします。一般にはあまり知られていない歯科の災害時の保健医療支援活動について、本誌を通じて歯科医療者の災害時活動の役割を広く知ってもらいたいと思います。

東京歯科大学
災害時歯科保健医療支援推進センター
中久木 隆一 先生

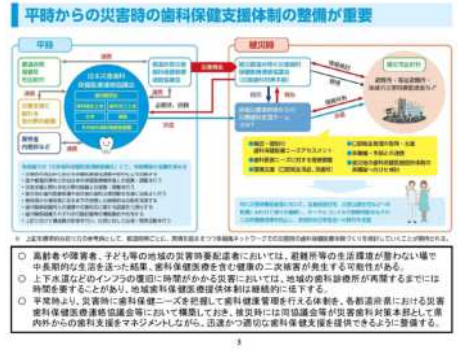
非常用持ち出し袋に入れておきたいオーラルケアグッズ

基本セット

- 歯ブラシ
- 歯間ブラシ・フロス
- 液体ハミガキ
- 歯ケア用のウェットティッシュ
- 入れ歯用歯ブラシ
- 入れ歯用ケース
- 入れ歯洗浄剤

災害時には、歯と口の健康が被災者の命を助ける重要な役割を果たします。非常用持ち出し袋に入れておきたいオーラルケアグッズをご紹介します。

令和4年度厚生労働行政推進調査 <http://jsdphd.umin.jp/pdf/22IA2006.nkkk.booklet.4p.pdf>



災害時の避難所等における歯科活動には、自治体や保健所のみならず、多くの保健医療・介護福祉専門職・チームとの連携が欠かせません。また、適切に支援を提供するためには、時間とともに移動し、そして変化していく人々のニーズを、偏りなく迅速に把握して評価し続けることが必要とされます。

多職種・多組織での支援にあり、評価や支援を効率化し、実効性の高い支援に結び付けることが大切であり、そのための体制を地域ごとに整備しておくことが必要となります。更には、その体制を災害発生直後から迅速に稼働させるためには、平時からの研修や訓練、または備蓄やシステムなどが必要となります。

もちろん、公助が届くまでの時間は、自助・共助で対応いただく必要があります。住民も改めて災害時の健康増進の重要性を理解し、自分で動く住民は災害時にも自分の健康増進を継続できる準備を怠らないうまく、働きかけることも大切です。

厚生労働行政推進調査事業補助金研究事業(22IA2006)
自治体における災害時の歯科保健活動推進のための活動制作に向けた研究
東京歯科大学歯学部災害時歯科保健医療支援推進センター
中久木 隆一 ronak@jsdphd.jp / jsdphd.umin.jp

大規模災害時には「食べる」支援の連携が必要です

歯科医療と栄養・リハビリテーションなどの様々な専門家が連携することで被災者の「食べる」に関わることをサポートし、健康を守ります。

「食べる」支援とは？

- 食料・食事の調達と提供
- 口腔ケア
- 認知心理支援
- 看下りリハビリテーション
- 食に関する相談と支援
- 食事をとる困難・ツールや電子などの確保
- 適切な食事の情報の提供
- 食費やカラオケなどの確保

災害時に歯科がすべきこと

1 災害時地域歯科保健医療体制への支援

災害発生時に、日本災害歯科保健医療連携協議会の連携を通じて外部の歯科医師会や大学などからのチームを派遣し、被災者の健康を守る。

- 被災者に対する歯科診療の提供
- 被災者に対する口腔ケアの提供
- 被災者に対する口腔ケアの教育
- 被災者に対する口腔ケアの相談
- 被災者に対する口腔ケアの支援

「食べる」支援とは？

- 食料・食事の調達と提供
- 口腔ケア
- 認知心理支援
- 看下りリハビリテーション
- 食に関する相談と支援
- 食事をとる困難・ツールや電子などの確保
- 適切な食事の情報の提供
- 食費やカラオケなどの確保

2 「食べる」ための支援
～栄養やリハビリテーションとの連携も大切～

大規模災害における被災者に対する呼吸器疾患の併発は、災害直後の対応が重要である。

災害直後の対応が重要である。

お口やからだの健康

水の確保・口腔ケア

食事・栄養

速度な運動

「食べる」支援とは？

- 食料・食事の調達と提供
- 口腔ケア
- 認知心理支援
- 看下りリハビリテーション
- 食に関する相談と支援
- 食事をとる困難・ツールや電子などの確保
- 適切な食事の情報の提供
- 食費やカラオケなどの確保

2 「食べる」ための支援
～栄養やリハビリテーションとの連携も大切～

大規模災害における被災者に対する呼吸器疾患の併発は、災害直後の対応が重要である。

災害直後の対応が重要である。

お口やからだの健康

水の確保・口腔ケア

食事・栄養

速度な運動

「食べる」支援とは？

- 食料・食事の調達と提供
- 口腔ケア
- 認知心理支援
- 看下りリハビリテーション
- 食に関する相談と支援
- 食事をとる困難・ツールや電子などの確保
- 適切な食事の情報の提供
- 食費やカラオケなどの確保

2 「食べる」ための支援
～栄養やリハビリテーションとの連携も大切～

大規模災害における被災者に対する呼吸器疾患の併発は、災害直後の対応が重要である。

災害直後の対応が重要である。

お口やからだの健康

水の確保・口腔ケア

食事・栄養

速度な運動

大規模災害時の歯科の支援と「食べる」支援の連携

1 「食べる」ための支援
～栄養やリハビリテーションとの連携も大切～

大規模災害における被災者に対する呼吸器疾患の併発は、災害直後の対応が重要である。

災害直後の対応が重要である。

災害直後の対応が重要である。

災害時の対応	フェーズ1	フェーズ2	フェーズ3	フェーズ4
災害発生から1週間以内	被災者から生活支援への移行	被災者から生活支援への移行	被災者から生活支援への移行	被災者から生活支援への移行
被災者から生活支援への移行	被災者から生活支援への移行	被災者から生活支援への移行	被災者から生活支援への移行	被災者から生活支援への移行
被災者から生活支援への移行	被災者から生活支援への移行	被災者から生活支援への移行	被災者から生活支援への移行	被災者から生活支援への移行

「食べる」支援とは？

- 食料・食事の調達と提供
- 口腔ケア
- 認知心理支援
- 看下りリハビリテーション
- 食に関する相談と支援
- 食事をとる困難・ツールや電子などの確保
- 適切な食事の情報の提供
- 食費やカラオケなどの確保

2 「食べる」ための支援
～栄養やリハビリテーションとの連携も大切～

大規模災害における被災者に対する呼吸器疾患の併発は、災害直後の対応が重要である。

災害直後の対応が重要である。

お口やからだの健康

水の確保・口腔ケア

食事・栄養

速度な運動

「食べる」支援とは？

- 食料・食事の調達と提供
- 口腔ケア
- 認知心理支援
- 看下りリハビリテーション
- 食に関する相談と支援
- 食事をとる困難・ツールや電子などの確保
- 適切な食事の情報の提供
- 食費やカラオケなどの確保

2 「食べる」ための支援
～栄養やリハビリテーションとの連携も大切～

大規模災害における被災者に対する呼吸器疾患の併発は、災害直後の対応が重要である。

災害直後の対応が重要である。

お口やからだの健康

水の確保・口腔ケア

食事・栄養

速度な運動

災害時要配慮者に対する “「食べる」支援”の transdisciplinary approach

- 特にフレイル予防、誤嚥性肺炎予防には、被災直後からの”「食べる」支援”が重要
- それぞれの”「食べる」支援”が連携して補いあって、はじめて安全かつ適切に栄養を確保できる

JMAT (日本医師会災害医療チーム)
歯科医師・薬剤師など

JPAT (災害派遣精神医療チーム)
精神科医師、精神保健福祉士、公認心理師など

JDA-DAT (日本栄養士会災害支援チーム)
管理栄養士など

JRAT (日本災害リハビリテーション支援協会)
理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、など

DWAT (災害福祉支援チーム)
社会福祉士、介護福祉士、介護支援専門員など

「食べる」機能から見た連携が必要

食料・水
食企業、運送

居住環境(調理環境、食卓、食具、トイレなど)
災害支援ナース、NPOなど

JDAT (日本災害歯科支援チーム)
歯科医師・歯科衛生士など
(災害歯科保健医療連絡協議会)

日本災害医学会ニュースレター
2022年11月号

地域保健 2022年7月号 特集「避難所の現状と課題」

なぜ、保健が必要なのか

災害時の保健活動を再考する

避難所の現状と課題

保健活動が不可欠

避難所の現状と課題

保健活動が不可欠

避難所の現状と課題

保健活動が不可欠

避難所の現状と課題

保健活動が不可欠

避難所の現状と課題

保健活動が不可欠

避難所の現状と課題

保健活動が不可欠



142巻3号 2023年3月号

特集 大規模災害の“食べる”支援
—多職種による実践報告と今後の展望

【第1部 各職種から】
 総論：災害時の多職種での“食べる”支援体制の必要性
 中久木康一……322
 災害栄養の領域から—エビデンスが明らかにする災害時の栄養課題 笠岡(坪山)宣代……329
 医師の視点から—発災直後からの摂食支援活動を通して 前田圭介……337
 保健領域から—災害時の地域マネジメントと連携推進 宮崎美砂子……341
 歯科領域から—被災地でのNST活動と平時からの多職種連携 河瀬聡一郎……346
 リハビリテーションの領域から—とくに言語聴覚士として 西脇恵子……352

【第2部 座談会】
 “食べる”支援のtransdisciplinary approach
 —みえてきた課題と多職種で結ぶ未来
 中久木康一, 笠岡(坪山)宣代, 原田浩美, 服部希世子, 大友康裕……356



医学界新聞
2024.05.14 医学界新聞(通常号):第3561号

災害時の「食べる」支援を考える

対談: 前田圭介, 坪山(笠岡)宣代, 中久木康一
2024.05.14 医学界新聞(通常号):第3561号より



https://www.igaku-shoin.co.jp/paper/archive/y2024/3561_02

「災害時には、日々の暮らしの中で意識されることが行われて「食べる」という行為が突然途絶えてしまうことによって、栄養上の問題を抱えていなかった高齢者に問題が生じる可能性がある」と、災害時支援に注力する老年科医・前田氏は語ります。脆弱性としての肺炎等を防ぐには、「食べる」支援を通じた包括的で多面的なケアが必要です。

- いま話題の記事
- 事例で学ぶ！すりの落とし穴
【第7回】薬物血中濃度モニタリングのタイミング
掲載: 2023.01.29
 - 過量投薬による致死性の高い精神科治療薬(引地和歌子)
掲載: 2018.02.07
 - 人工呼吸器の使いかた(2) 初期設定と人工呼吸器モード(大野博司)
掲載: 2018.11.06
 - 高齢者の血圧、目標値は?(狩野恵彦)
掲載: 2016.07.04
 - 強心薬・昇圧薬の使いかた(2)(大野博司)
掲載: 2016.09.06
- 最新の記事
- 医学界新聞プラス
【第2回】ChatGPTを使ってガイドラインを読み解く
「医師による医師のためのChatGPT入門」——臨床がはかどる魔法のAIプロンプトより
掲載: 2024.06.07

日本災害時公衆衛生歯科研究会
<http://jsdphd.umin.jp/>

日本災害時公衆衛生歯科研究会
Japanese Society for Disaster Public Health Dentistry (D

ポスター・パンフレット | 記録票・資料 | 研修教材 | 研修会記録 | 書籍・報告書 | ML登録

目的
災害時に歯科口腔保健に必要な...
目的は、災害時に歯科口腔保健に必要な...
1) 災害時の歯科保健の標準化などの提案を出していくシンクタンク
2) 災害時の多職種連携での対応のあり方を探り体制を構築していく
3) 研修の題材やスタイルを作成し、それを試行し完成させていく
4) 必要であれば出張研修の依頼を受ける母体

書籍・研究報告書など
研修会動画・配布資料など
研修動画・活動動画・研修準備資料など
アセスメント票・アクションカード・パンフ・ポスターなど

2015年6月15日発行
一世出版
A3判 2000円

日本災害時公衆衛生歯科研究会 ML登録係
jsdphd-admin@umin.net

メーリングリスト
各種書式・パンフレット
研修媒体動画
研修会資料・動画

災害歯科保健 Disaster Oral Health [YouTube]

●災害歯科保健 Disaster Oral Health [YouTube]
※YouTubeにリンクが飛びます



- 災害歯科 個別複数アセス記載 セルフワーク
 - ・ 個別複数アセス記載 アセスメント全体の概要
 - ・ 個別複数アセス記載 セルフワーク事前解説
 - ・ 個別複数アセス記載 事例1+事例1の解説
 - ・ 個別複数アセス記載 事例2+事例2の解説
 - ・ 個別複数アセス記載 記載の注意事項
 - 災害時の避難所における歯科保健医療個別アセスメント
 - ・ Scene 1 高齢の女性
 - ・ Scene 2 幼児がいる女性
 - ・ Scene 3 歯が痛い男性
 - ・ Scene 4 高齢の母とその娘
 - ・ Scene 5 じっとしている男性
 - ・ Scene 6 高齢者の介護者
 - 活動記録紹介動画
 - ・ 2016年 熊本地震
 - ・ 2017年 九州北部豪雨
- 日本歯科衛生士会 協力
- 動画 5分
1カ月の活動の流れ
- 動画 10分
組織的間の役割分担や準備