

## プログラム2(4) 『歯を守ることは命を守る!!～義歯の手入れ～』

【講師】

生活目標 義歯の手入れ方法を身に付けよう

目的・効果 口腔清潔保持

所用時間	活用方法	機能制限	運動姿勢	必要物品
20分	講話・勉強会			歯ブラシ/義歯ブラシ/ 資料

注意点など

### 1. 義歯の種類について説明

- 総入れ歯(総義歯)・・・歯をすべて失ってしまった場合に使用する入れ歯。人工歯と床でできている(人工歯:失ってしまった歯の代わりになる人口の歯、床:上あごや歯ぐきなどの歯のない粘膜部分に接する入れ歯の土台)。
- 部分入れ歯(局部義歯)・・・歯を失ってしまった本数が1本から、また支えになる歯が部分的に残っている場合に使用する入れ歯。人工歯、床、クラスプ(入れ歯を支える歯にひっかけるためのバネ)でできており、入れ歯を支える歯にクラスプ(バネ)をひっかけることで固定する。ノンクラスプの(バネの無い)部分入れ歯は、入れ歯を支える歯に床をひっかけて使用。

### 2. 保険適用義歯について説明

- 床の部分がプラスチック製の義歯は保険適用
- 床の部分が金属の義歯は保険適用外
- クラスプ(バネ)のある入れ歯は保険適用
- クラスプ(バネ)のない入れ歯は保健適用外

### 3. 汚れやすい部分について説明

- 歯と歯の間
- 総義歯の内側のくぼみ
- 部分入れ歯のクラスプ(バネ)

### 4. 手入れ方法について説明

- 洗面器等に水を張り、その上で洗う(落として壊れるのを防ぐため)。
- 義歯ブラシを使う。
- 毎食後は必ず洗う。
- クラスプ(バネ)の部分は特に丁寧に洗う。
- 1日1回洗浄剤を使う。
- ヌルヌルがなくなるまで洗う。
- 義歯を外して、粘膜を休める時間を作る。

## プログラム 2(4) 『歯を守ることは命を守る!!～義歯の手入れ～』(続き)

### 5. 義歯洗浄剤について説明

- 義歯洗浄剤には、錠剤タイプ、泡タイプ、液体タイプがある。
- 錠剤タイプは、就寝前の漬け置きでしっかり除菌できる。持ち運びに楽。
- 泡タイプは、さっと洗い流せるのが特徴。外出時や時間がない時に向いている。
- 液体タイプは、就寝前の漬け置きでしっかり除菌できる。

### 6. 義歯安定剤について説明

- 義歯安定剤には、クリームタイプ、粉末タイプ、テープタイプ、クッションタイプがある。
- クリームタイプは、だ液などの水分を含んで粘着性を発揮する。厚みがなく違和感が少ない。
- 粉末タイプは、だ液などの水分を含んで粘着性を発揮する。ムラなく添付でき違和感が少ない。
- テープタイプは、携帯に便利。
- クッションタイプは、粘着性を高めるというより、入れ歯と歯ぐきの上に厚みを作り出すことで、入れ歯が歯ぐきにあたる痛みを和らげる。2～3日連続で使える。金属床には使用できない。

### 7. 説明のポイント

- 義歯が合わないようなら、歯科医師を受診すること。
- 痩せると義歯は合わなくなる。
- 義歯安定剤は、あくまでも一時的なもの。合わない入れ歯を無理に使い続けると、あごの骨の変形や噛み合わせが悪くなる。
- 義歯を洗う場合、歯磨き粉は使わない(研磨剤で傷をつけてしまうため)。

