

イラスト 下地恵美

# 粘膜ブラシ

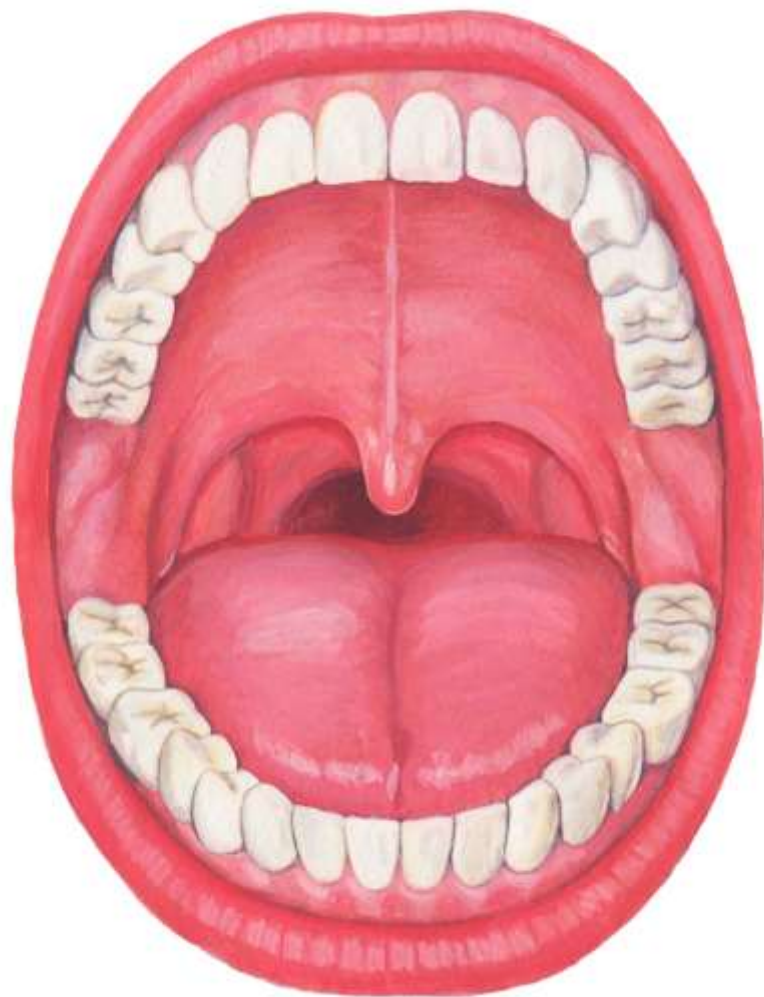
心地好く短時間で口腔ケアを提供する工夫



公益社団法人 日本歯科衛生士会 認定分野A,C 認定歯科衛生士 柘井 えつこ

- ▶ 私たちの体は、外側は皮膚で包まれ、口腔や消化器官などは粘膜で覆われ、ウィルスや細菌など外敵から守られています。
- ▶ 指先にささくれが出来ると、お水がしみたり、少し何かに引っかかると、小さなささくれですが痛みます。
- ▶引っかかるのが気になって、引っ張ると捲れて更に痛みが大きくなることもあり、細菌感染すると赤く腫れあがり、しまいにはジンジンと脈打つように感じることもさえあります。
- ▶ 口腔の粘膜は、どうでしょうか

口の75%は、口腔の粘膜



同じように歯磨きしていますか？

硬い組織の歯



柔らかい組織の粘膜



桃の木 幹、枝、葉、実は同じ力で握るとどうなる？



# 粘膜ブラシとは

筋肉 神経

細胞組織咀嚼歯肉

細胞再生の周期 舌乳頭 粘膜 皮膚 筋肉 骨

健康 年齢 疾病 薬

歯周病菌 毒素によるものか？

低栄養 フレイル サルコペニア

脱水

ポジショニングで使える筋肉の数が少ない？

舌を触りながら、舌下をサポートし筋肉の厚み力左右差等をチェック



口を開けてください





# ポイント箇所まとめ

①奥歯

②舌の先



# 観察ポイント：舌の事例



# 粘膜ブラシの使った事例



# 粘膜ブラシの使い方

※動画を見てください。



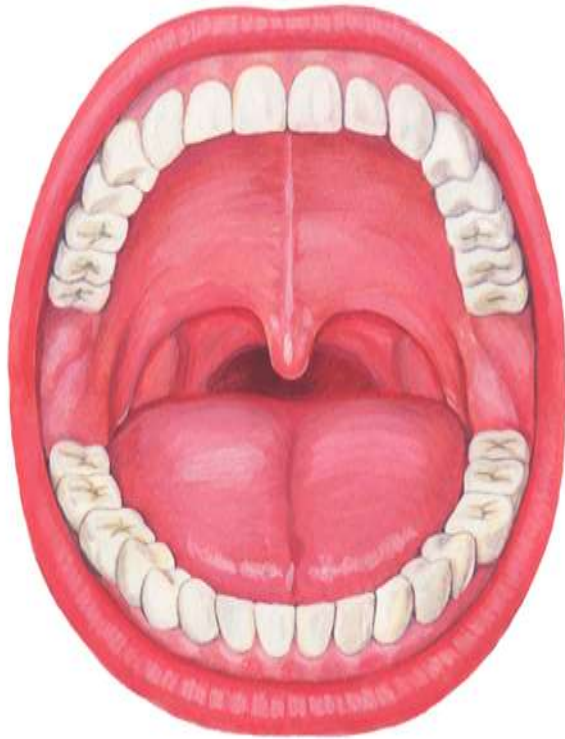
# 粘膜ブラシの結果→入れ歯付けれる





粘膜ブラシの結果  
→そして、自分で食事可能

# 口腔粘膜



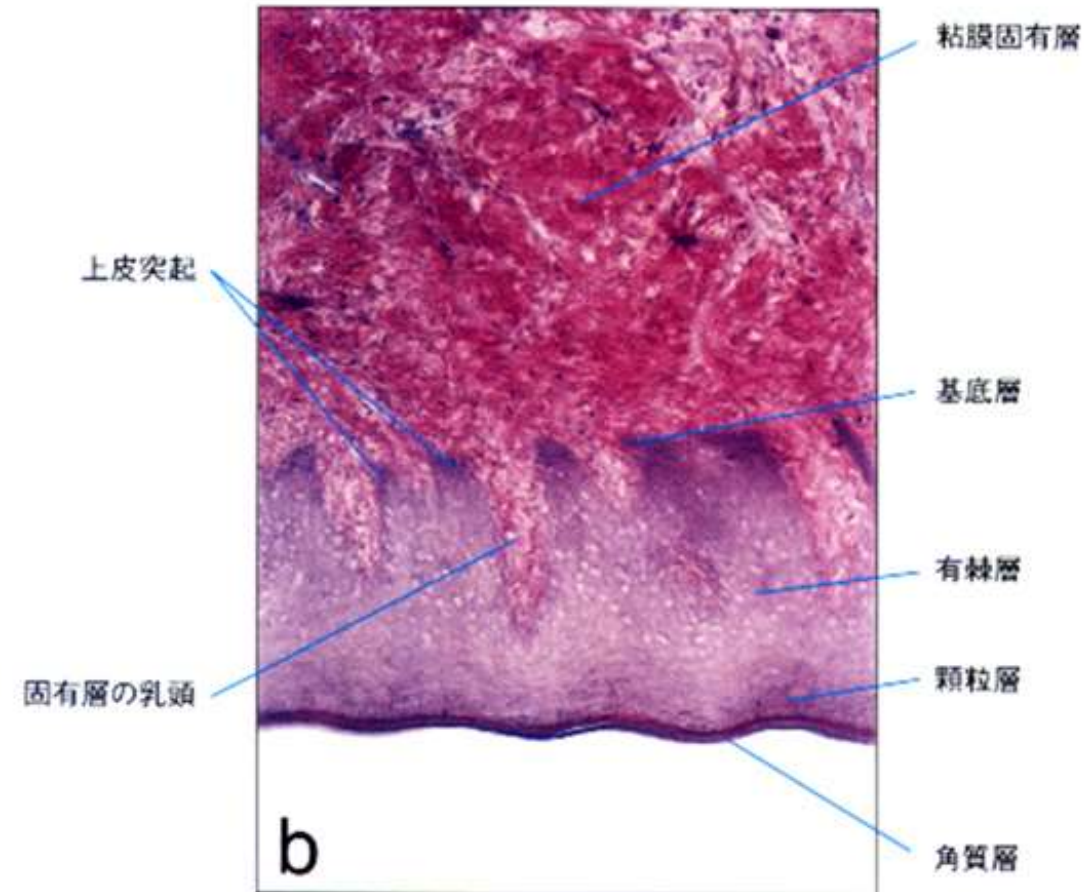
- ▶ 咀嚼粘膜 咀嚼時に力の加わる硬口蓋、付着歯肉の粘膜。  
角化している重層扁平上皮。コラーゲン繊維束が歯頸部のセメント質や歯槽骨の骨膜と直接結合。  
(健康な歯肉はオレンジの皮のような凹凸が見られる。スティブリング)
- ▶ 被覆粘膜 歯槽部、口腔底、舌下面、頬、口唇、軟口蓋などの粘膜。  
上皮下に脂肪や唾液腺があり、柔らかく伸縮性がある。
- ▶ 特殊粘膜 舌背や舌縁の粘膜。  
舌乳頭(糸状乳頭、茸状乳頭、葉状乳頭、有郭乳頭)。  
味覚を受容する味蕾(糸状乳頭を除く)、小唾液腺開口部。

# 加齢による咀嚼粘膜の変化

- ▶ 上皮は薄くなる
- ▶ 上皮突起は短くなる

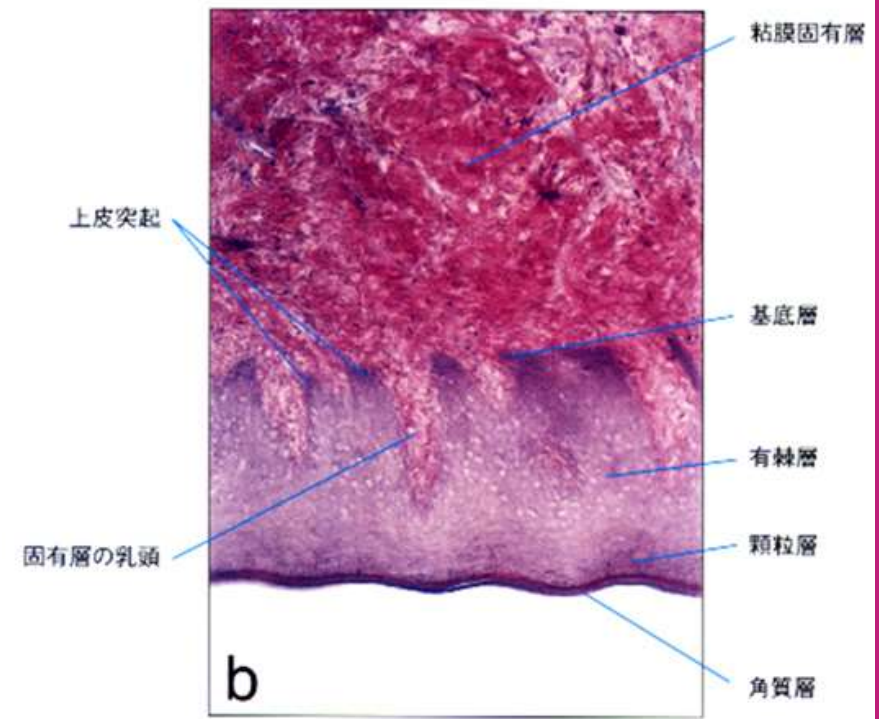
口腔粘膜下の結合組織では

- ▶ 細胞成分や血管成分は減少
- ▶ 膠原成分の増加
- ▶ 弾力性が低くなる
- ▶ 口腔粘膜下の小唾液腺組織の減少
- ▶ 口腔乾燥しやすくなる





# 被覆粘膜



- ▶ 口唇と頬の内側表面、口腔底、舌下面、軟口蓋、歯槽粘膜を被覆している。これらの組織は、その組織下部と強く結合していない。上皮層は一般的に角化していない。
- ▶ 口腔内の内面、口腔粘膜は、重層扁平上皮に被覆された結合組織によって構成されている。



# 特殊粘膜



舌背を被覆している

- ▶ 糸状乳頭しじょうにゅうとう(舌背全域) 味蕾なし
- ▶ 茸状乳頭じじょうにゅうとう(舌背部)
- ▶ 有郭乳頭ゆうかくにゅうとう(舌の最後方部)
- ▶ 葉状乳頭ようじょうにゅうとう(舌縁部)



# 粘膜ブラシの種類



# 心地よい口腔ケアは、サブスタンスP分泌

## ▶ 交感神経優位 興奮

- ▶ ねっとりした唾液
- ▶ 泡沫状唾液
- ▶ 口呼吸
- ▶ 筋緊張
- ▶ 呼吸数 ↑
- ▶ 心拍数 ↑
- ▶ 末梢の血流 ↓

## ▶ 副交感神経優位 リラックス

- ▶ さらさらした唾液
- ▶ 穏やかな呼吸
- ▶ 筋肉が緩む

# 粘膜ブラシのまとめ

- ▶ 口の中は、75パーセント
- ▶ 清潔に保つ
- ▶ 粘膜のバリア機能が正常に働くように、血流やリンパの流れをよくする
- ▶ 細胞の再生を促す
- ▶ 副交感神経を優位にし、唾液の分泌を促す
- ▶ 粘膜を剥離させないように配慮する
- ▶ 粘膜ブラシで大脳皮質
- ▶ 140億の細胞への伝達
- ▶ 入力出力をさせる
- ▶ 誰でも簡単に操作しやすい