

介護予防口腔機能向上 アセスメントナビ

平成26年6月26日

福岡県介護予防市町村支援委員会
口腔機能向上部会

咀嚼機能評価：固いものの噛みにくさ

かむことは唾液分泌、胃の保護、脳の刺激など体にとってよい効果があります。硬いものが噛めないことは噛む回数が減っていることが考えられます。

- 1 ない 2点
- 2 少し食べにくい . . 1点
- 3 ある 0点

判定時の注意点

＊「ない」と回答した人で、口の中で気なるところをかばって食べている。やわらかい食品のほうが食べやすいと答えた場合は、「少し食べにくい」とする。

嚥下機能評価：お茶や汁物によるむせ

誤嚥性肺炎や嚥下障害の原因になります。

- 1 まったくない・・・・・・・・・・2点
- 2 時々むせることがある・・・・・・・・1点
- 3 食事中によくむせる・・・・・・・・0点

判定時の注意点

＊「時々」は月に1、2回あるくらい。「よくむせる」は毎週のようにある場合

口腔内評価：口の乾き

窒息・誤嚥のリスクになります。

食事のおいしさに影響与えますし、口臭の原因ともなります。

- | | | | |
|---|------|----------|----|
| 1 | ない | ・・・・・・・・ | 2点 |
| 2 | 時々ある | ・・・・・・・・ | 1点 |
| 3 | よくある | ・・・・・・・・ | 0点 |

判定時の注意点

＊「よくある」は毎週のように感じることもある場合

咀嚼機能評価：咬合力・咬筋の触診

触診

噛むためには強い力が必要です。噛むことができれば何でも食べることができ、低栄養、むせ、誤嚥の防止になります。

- 1 強い・・・2点 指先が強く押される。咬筋が緊張して固くなっているのが明確に触診できる
- 2 弱い・・・1点 指先が弱く押される。咬筋が硬くなっているのがほとんど触診できない
- 3 なし・・・0点 全く無変化

判定時の注意点

*左右の耳の付け根の下（顎角部のやや内側）に人差し指、中指、薬指の、先の腹の部分で軽く触れ、「痛くない範囲でできるだけ強く奥歯で噛んでください」と指示する。

口腔内評価：歯・義歯の汚れ

観察

口臭予防、感染予防になります

- 1 ない・・・・・・・・2点
- 2 ある・・・・・・・・1点
- 3 多い・・・・・・・・0点

判定時の注意点

* 歯垢が帯のように全体にわたってついていれば多い、点在していればある、見当たらなければならない。写真があればそれを見ながら判定する。

口腔内評価：舌の汚れ

観察

□臭予防、感染症予防になります

- 1 多い・・・・・・・・2点
- 2 ある・・・・・・・・1点
- 3 ない・・・・・・・・0点

判定時の注意点

- 多い：全面白く（黄色く）なっている
- ある：一部白くなっている
- なし：全くなし

舌の汚れ

観察

汚れなし



汚れあり



汚れ多い



嚥下機能評価：うがい

観察

口腔清掃に関わる。口の周りの筋肉が機能していれば嚥下
がしやすくなる。

- 1 できる・・・・・・・・・・2点
- 2 不十分・・・・・・・・・・1点
- 3 できない・・・・・・・・・・0点

判定時の注意点

＊頬のふくらみが十分で、水の漏れがなく、水の音が
はっきり聞こえることが「できる」ができるとする。

＊一秒間に2回以下は「不十分」、全くできないが「で
きない」

＊水分でむせる可能性がある人は水を使わない。

嚥下機能評価：RSST（反復唾液嚥下テスト）

誤嚥、むせ、感染の防止になる

- | | | | |
|---|------|-----|----|
| 1 | 3回以上 | ・・・ | 2点 |
| 2 | 1～2回 | ・・・ | 1点 |
| 3 | 0回 | ・・・ | 0点 |

判定時の注意点

- * 喉に指をあて「できるだけ何回も『ゴックン』とつばを飲み込むことを繰り返してください」と言い30秒間観察する。
- * 喉頭（のどぼとけ）が飲み込む際に指二本分、上にあがっていることを確認してカウントする。

発音：パタカ

計測

舌の動きや働きがよくなりはっきり発音することに役立つ。
嚥下機能や咀嚼機能の向上につながる。

- | | | |
|---|---------------|----|
| 1 | 10回以上・・・・・・・・ | 2点 |
| 2 | 7回～9回・・・・・・・・ | 1点 |
| 3 | 6回以下・・・・・・・・ | 0点 |

判定時の注意点

- * 「パタカ」を連続して5秒間で何回言えるかをカウントする。できるだけ多くははっきりと言うこと、途中で息をして良いことを伝えておく。
- * アセスメント時に口の周囲の筋肉の動きを観察する
- * 個別に判定するときはスムーズな動きか、特に言いにくい言葉があるかを観察する

上肢の動き

観察

呼吸は嚥下にとっても深くかかわっています。肺活量が低下した場合、呼吸頻度が上がり、嚥下のタイミングがずれ、誤嚥する可能性があります。胸部の可動域が狭まっている場合は、肺活量の低下につながります。

- 1 できない・・・・・・・・・・0点
- 2 できる・・・・・・・・・・2点

判定時の注意点

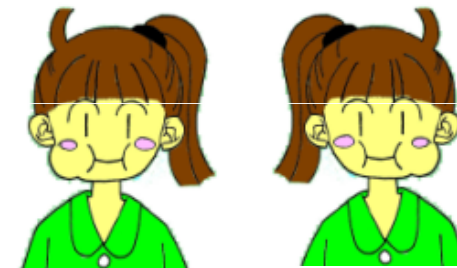
- * 両手を胸の前で組んで、鼻から大きく息を吸いながら、ゆっくり頭の上へ高く上げてもらう。
- * 両腕が耳の位置まで上がれば「できる」。
- できなければ「できない」。
- * 無理をしないようにしましょう。

嚥下機能評価：頬の膨らまし

観察

飲み込みがしやすくなる。不十分な場合は口唇の閉鎖機能の低下や軟口蓋、舌の後方への動きの低下が疑われる。

- 1 左右同じようにできる・・・2点
- 2 片方のみできる・・・・・・・・1点
- 3 できない・・・・・・・・0点



判定時の注意点

- * 頬を片方ずつ膨らましてもらい観察する
- * 十分膨らんでいるものだけをできるとする。（疑わしいはできないとする）
- * 膨らませた頬を押しても空気が漏れない場合でできるとする。

嚥下機能評価：舌の動き

観察

嚥下をスムーズに行うためには舌の機能は大切
発音やだ液分泌にも影響する

前後：舌が前に突き出せるか観察

- 1 口から1 cm程舌が出せる・・・2点
- 2 口唇をなめることができる・・・1点
- 3 出せない・・・・・・・・・・0点



嚥下機能評価：舌の動き

実測

左右：左右の口角（上下の唇が合わさった所）を舐めることができるか観察

- 1 両方できる・・・・・・・・・・2点
- 2 片方のみできる・・・・・・・・1点
- 3 できない・・・・・・・・・・0点

判定時の注意点

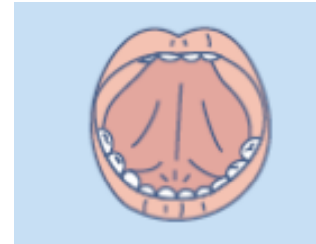
- * 「できる」は舌先が両方触れる場合のみ
- * 口角に触れるが顔が動くや片方のみできる場合は「やや不十分」
- * 片方のみ触れるが顔が動く場合は、「不十分」

嚥下機能評価：舌の動き

観察

上：指2横指口を開け、上顎前歯の裏側に下をつける

- 1 できる 2点
- 2 不十分 1点
- 3 できない 0点



判定時の注意点

* 指2横指とは3～4cm程度

* 不十分とはやっと届く。届くが維持できない。

問題点：噛みにくさ

観察

- 咬筋の触診で、「弱い」と「無し」
- 義歯を入れていない場合

判断時の参考項目

問診

- 固いものが噛みにくい
- 食べにくい物がある
- 噛んで痛いところがある
- 食事に時間がかかる

口の乾き

観察

口腔内の状況と問診を参考にする

- 舌の上が乾燥している状態であればチェック
- * 観察する前にお茶を飲んだりうがいをしたりしない。

判断時の参考項目

問診

- 口の中がネバネバする。ヒリヒリする。
- 乾いた食品が食べにくい。
- 食事は飲み物がないと進まない。
- 食べても味がしない

口臭

観察

- 問診時の普通の会話を行う状態の距離で（30cm位）で口臭がある場合はチェック

歯磨き

問診

- 一日に2回以上（夕食後が含まれている）磨いてなければチェック

飲み込み

観察

- ・ 反復唾液嚥下テストで3回以上でない場合はチェック

判断時の参考項目

問診

- ・飲み込みにくい
- ・喉に残る感じがする
- ・喉に詰まる

会話

観察

- 問診時に発音が不明瞭や空気の漏れがあればチェック
- 本人が会話することを嫌がる場合はチェックし、その旨を特記事項に記入する。（口の中の状態が悪く、口を開けたくない等）

食べこぼし

問診

観察

- 食べ物を取りこぼす
舌の動きが悪い人には特に注意して聞く
- うがいの水がもれる

義歯

観察

痛み：義歯が当たって痛みがあるとき

不適合：食べているときや話しているときに義歯が動く場合

清掃状態：義歯に汚れがついている場合

管理状態：夜間（睡眠時）に外していない場合



姿勢

観察

立位～座位の姿勢が円背になると、むせや誤嚥を起こす要因になります。

判断時の参考項目

観察

【食事の際の適切な姿勢】

- 顎が上がっていない
- 背は90度
- 足は床にぴったりつける
- 深く腰をかける