

あさか訪問通信



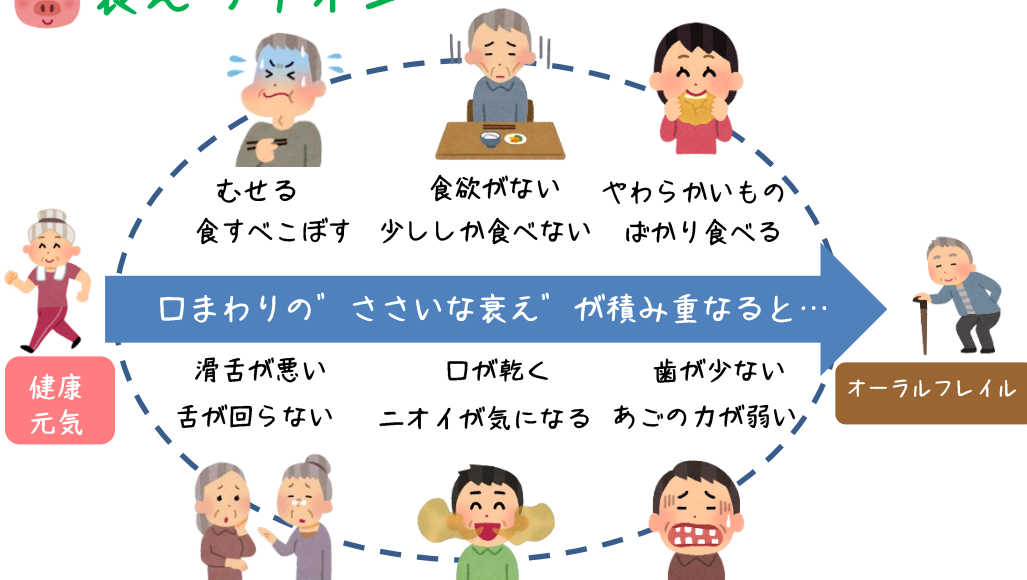
R5.12月号



オーラルフレイルによる 口腔機能低下症

今年もとうとうあとひと月となりました。お変わりなくお過ごしでしょうか。皆さん、『**オーラルフレイル**』という言葉をご存知でしょうか？お口の機能が低下したことを『**オーラルフレイル**』、病名を『**口腔機能低下症**』といいます。放置すると歯を失うばかりではなく、噛む能力が低下し、**噛めない・飲み込めない・栄養不足（低栄養）・身体の衰えを生じ**、最終的には**要介護**という経過をたどることがあります。オーラルフレイルになると要介護になるリスクは2.4倍、死亡するリスクは2.1倍に高まります。早いうちからの対策や治療を行うことによって、お口や歯の機能の衰えを防ぐことが大切です。

衰えのサイン



オーラルフレイルを簡単にチェック

以下の質問項目に当てはまるものがあるかどうか、チェックしてみましょう。点数の合計が3点以上で『オーラルフレイルの危険性あり』となった方は、専門的な対応が必要です。

質問項目	はい	いいえ
半年前に比べて、硬いものが食べにくくなった	2	
お茶や汁物でむせることがある	2	
義歯を使用している	2	
口の渇きが気になる	1	
さきいか・たくあん位の硬さの食べ物を噛むことができる		1
1日に2回以上、歯を磨く		1
1年に1回以上、歯科受診している		1

合計点数

0~2点	オーラルフレイルの危険性は低い
3点	オーラルフレイルの危険性はある
4点以上	オーラルフレイルの危険性が高い

★合計点数が3点以上の方は、歯科医師に相談ください。

お知らせ

医療費控除を活用しましょう

税

医療費控除とは1年間に医療費を10万円以上支払った場合、受けられる控除です。生計が同一のご家族分もまとめて申請可能です。

また、傷病により概ね6ヶ月以上寝たきりの状態であり、医師による治療のもとおむつの必要があると認められる場合には確定申告などで医療費として申告することができます。かかりつけ医師にご相談ください。

医療法人 寛友会
浅賀歯科医院