早期からの口腔の発育支援の試み 食べる実習と調理実習のある母親教室

Attempt of early oral function development support.

○徳升彩香,笹岡志帆,小石剛,泉宮真乃,中尾協葉,橋本梨沙,右手裕子,下平尾知波,藤田梨沙,田中亜弥

医療法人優心会 こいし歯科

【背景】

う蝕リスクの高い小児や不正歯列を認める小児において、食生活を含む生活習慣の乱れとともに、口呼吸や異常嚥下などといった口腔機能の問題を認めることが多い。

口呼吸は離乳期の食べ方や生活習慣が影響すると考えられる１）ことからも、健全な口腔を育むためには、早期より生活習慣や口腔機能発達の支援をすることが必要と考えられる。

【目的】

う蝕や不正歯列の改善および予防のため、効果的な指導や支援を行うこと。

【方法】

妊婦から３歳頃までの小児の保護者を対象とした母子同伴での母親教室「歯育て教室」および、３歳頃から未就学の小児を対象とした料理教室「こどもクッキング」を開催した。

「歯育て教室」では、そのねらいとして、日常ですぐに実践できる知識・知恵・技術また安心感を提供し、さらに保護者同士のコミュニティづくりとした。食生活を含む生活習慣や口腔機能について講義を行った。またその内容に合わせて実習を行い、例えば管理栄養士の用意した調理サンプルを実際に食べ、口腔機能や味覚・香り・嗜好などについて実習した。その後に持参した弁当を親子で食べて頂き、食形態や与え方が正しいかを確認して頂いた。教室は、参加者の理解やフォローアップのため隔月で３回に分けて実施した。

「子ども料理教室」のねらいは、子ども本人の主体的な健康行動を促すこととした。そのため、予防歯科啓発の内容である絵本を読み聞かせ、その後に管理栄養士の指導のもと子ども自身が調理実習を行い、保護者と共に食べるようにした。

それぞれの教室において学習効果を高めるために、毎回実習を行うこと・対象者の年齢制限および少人数制とすること・治療や検診時間以外および診療室以外の場所で実施することを工夫した。また事前の予備開催を繰り返し行い、内容等の改善を行ったうえで開催した。

【結果】

受講前と受講後にアンケートを行い、５段階スコアで評価を得た。

そのうち、むし歯予防の知識・不正歯列の予防の知識・むし歯予防の自信・不正歯列予防の自信については受講前よりも受講後の平均値が向上していた。またすべての受講者の目的に合っていたという評価を得た。

【考察】

詳しく講義や実習を行うため、開催が３回に分かれ対象者が少人数となった。

今後はより多くの方が参加できるように工夫したい。また参加者は比較的熱心な方が多く、う蝕リスクが高く口腔機能に問題を感じる子どもの参加はほとんど無かった。

参加者のニーズに応えることはできたが、ハイリスク者への支援のためには教室のデザインなどを再考する必要があり、また地域における多職種協働の必要性も感じた。

【参考文献】

1）小石剛,浅野博,中島隆敏,西川岳儀,樋口高広,堀部尊人:口呼吸はどこから来たのか?口呼吸の原因を探る(抄),小児歯誌,52(2):256,2014.