



歯科医院でみつける！！



ふれあい歯科ごとう
中原こずえ



なぜ歯科医院に管理栄養士？



最近、増えつつある歯科医院での管理栄養士の採用

目的

食育・・・虫歯や歯周病の原因は生活習慣病
摂食・嚥下評価後の食事形態のサポート

ふれあい歯科ごとう

健康な方が来院できる、
障害があっても来院できる、
たとえ来院できなくても訪問できる
2003年開業

◇所在地◇ 新宿区北新宿

最寄り駅は（JR東中野、東西線落合）

同じ建物内にグループホームも入っている

実は私は半年前に他の歯科医院から移籍してきました！



どんなスケジュールで働いているの？

曜日	月	火	水	木	金	土
9時 ↓ 13時	外来	フリー		外来	外来	外
15時 ↓ 17時	訪問	フリー	休み	訪問	訪問	外
18時 ↓ 20時		夜間 外来		夜間 外来		

空き時間を利用して
様々サロンを開催
栄養サロン
毎月第3金曜日



本日は外来での管理栄養士のお話

当院の外来患者のうち

75歳以上の割合は13%

75歳以上人口（後期高齢者）は1,641万人、総人口に占める割合は12.9%。

資料：総務省「人口推計（平成27年国勢調査人口速報集計による人口を基準とした平成27年10月1日現在確定値）」

外来でも、もちろん

見つける→繋げる→結果を出す
そして「広める」(MTK&H[®])

どのような人を

見つける
(M)

高齢者を対象に歯だけではなく、

身体もチェックし低栄養リスクを見つける



簡易栄養状態評価表
Mini Nutritional Assessment-Short Form
MNA®

MNA®-SF

(簡易栄養状態評価表)

氏名:							
性別:	年齢:	体重:	kg	身長:	cm	調査日:	
下の□欄に適切な数値を記入し、それらを加算してスクリーニング値を算出する。							
スクリーニング							
A 過去3ヶ月間で食欲不振、消化器系の問題、そして・嚥下困難などで食事量が減少しましたか？							
0 = 悪い食事量の減少 1 = 中等度の食事量の減少 2 = 食事量の減少なし							
B 過去3ヶ月間で体重の減少がありましたか？							
0 = 3 kg以上の減少 1 = わからない 2 = 1-3 kgの減少 3 = 体重減少なし							
C 自力で歩けますか？							
0 = 寝たきりまたは車椅子を常時使用 1 = ベッドや車椅子を離れられるが、歩いて外出はできない 2 = 自由に歩いて外出できる							
D 過去3ヶ月間で精神的ストレスや急性疾患を経験しましたか？							
0 = はい 2 = いいえ							
E 神経・精神的問題の有無							
0 = 健康認知度またはうつ状態 1 = 中程度の認知症 2 = 精神的問題なし							
F1 BMI (kg/m ²): 体重(kg)÷身長(m) ²							
0 = BMIが19未満 1 = BMIが19以上、21未満 2 = BMIが21以上、23未満 3 = BMIが23以上							
BMIが測定できない方は、F1の代わりにF2に回答してください。 BMIが測定できる方は、F1のみに回答し、F2には記入しないでください。							
F2 ふくらはぎの周囲長(cm): CC							
0 = 31cm未満 3 = 31cm以上							
スクリーニング値 (最大: 14ポイント) □□							
12-14 ポイント: 栄養状態良好							
8-11 ポイント: 低栄養のおそれあり (At risk)							
0-7 ポイント: 低栄養							

体重・握力・下脚周囲・歩行速度を測定

低栄養の評価に6か月間で2～3 kgの
体重減少が重要な判断基準

(歯科医院への定期健診は3か月～6か月)

Ref: Velaz B, Vilars H, Abellan G, et al. Overview of the MNA® - Its History and Challenges. J Nutr Health Aging 2006; 10:456-465.
Rubenstein LZ, Hanker JD, Sako A, Gulgoz Y, Velaz B. Screening for Undernutrition in Geriatric Practice: Developing the Short-Form Mini Nutritional Assessment (MNA-SF). J Geriatr 2001; 56A: 396-397.
Gulgoz Y. The Mini-Nutritional Assessment (MNA®): Review of the Literature - What does it tell us? J Nutr Health Aging 2006; 10:466-467.
Kuhar M, Bauer JM, Ramsch G, et al. Validation of the Mini Nutritional Assessment Short-Form (MNA-SF): A practical tool for identification of nutritional status. J Nutr Health Aging 2008; 12:762-766.
© Société des Produits Nestlé, S.A., Vevey, Switzerland, Trademark Owners
© Nestlé, 1994. Revision 2009. N67200 12/09 10M
さらに詳しい情報をお知りになりたい方は、www.mna-elders.com にアクセスしてください。

繋げる
(T)



そしてもし、体重が下がり続けるのであれば、
本人・キーパーソン・グループホームに連絡

その後のサポートの場は

外食時の栄養相談
菜の花の手作りドレッシングサラダ



栄養サロンの
サツマイモとひじきのサラダ



結果をだす
(快)

のテ-

作るメニューを提示するよつにし、そこから、自分の体について考えていたこと
こととしてみた。



主人が他界し、料理も面倒になっていたが、これなら作ってみよう！

孫に作ってあげよう！



歯科医院だからこそ、栄養が見えることもあるはず！

歯科助手をするようになり、口からその方身体の状態を考えるようになりました。



歯の痛み 入れ歯の不具合

噛めない

ガラつき



歯の欠損

食べやすい食事になってしまう・・・



おかゆだけになると、
量の割に、
ご飯の半分以下の
カロリー

タンパク質、ビタミン、ミネラルをプラスする
工夫ができればいいのですが・・・



治癒力の低下
長期になると、体力の低下につながる

口腔内の変化と栄養状態の関連など
もっと分かっていければと思っています！

ご清聴をありがとうございました。