



口腔ケア情報

Brushup

Ver.55

「あなたの老いは舌から始まる」シリーズ⑪

オーラルフレイルという考え方

フレイルの予防・対策には口の機能が重要です。しかし、口の機能も徐々に衰えていきます。口の機能の低下にも段階があり、これを口の中で起こるフレイル、**オーラルフレイル**と呼びます。

(オーラルフレイルの過程)

口腔リテラシーの低下(加齢による社会性の低下により口への関心が低くなること)



口腔機能低下症の前段階。狭義のオーラルフレイルと呼ぶ



摂食機能障害

オーラルフレイルもフレイルと同じように境目の時期が大事です。

「もしかしたらオーラルフレイルになりかけているかも。ちょっと危ないな」と感じた時に早めの対策をとることで、オーラルフレイルから健康に戻ることができます。

日頃から口周りに関心を持ち、ちょっとした症状を見逃さず、すぐに対応することが大切です。

