



口腔機能検査 (できる検査のみ行います)

「噛む・飲み込む・話す」

口腔機能は使わないと徐々に低下していきます



食事量が減る



むせやすくなる



舌の動きが悪くなる



話しにくくなる
(滑舌の低下)

栄養状態や生活の質 (QOL) の低下につながることもあります

****いつまでも「おいしい」を。お口の体力測定、はじめませんか？****

* 口腔機能検査(お口の体力測定)の内容 *

歯の本数や
舌状態をチェック



お口の乾燥状態を
機械でチェック



舌圧計による
舌の力の測定



グミを用いた
咀嚼力の検査



飲み込みに関する
質問評価



* 口腔体操(お口に筋力アップ)で行っている内容 *



舌を動かす
舌運動



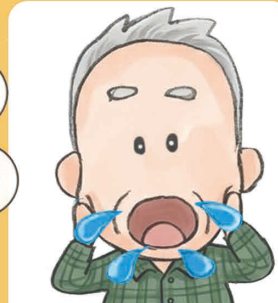
口唇強化のための
「笛を吹く」訓練



舌の力をつける
「ペコぱんだ」
を使った訓練



「パタカラ体操」
による飲み込み
機能の訓練



唾液腺
マッサージ

****お口の健康は、全身の元気の源です****

3~4ヶ月に一度の定期健診でお口の状態を確認し、ぴったりのケアや体操を続けましょう。「測る」だけで終わらず「きたえる」ことで、しっかり食べ物をかみ、飲み込む力を守ります。

お口の健康は、体の健康寿命を延ばす鍵であり、食べ物をかむことができるだけでなく飲み込むことが出来てはじめておいしく食べる事ができます。

「一生おいしく食べられる力」を維持する為に、ご自身では歯磨きでいない所をサポートさせて頂ければ幸いです。

ご不明な点や金額のご心配がある方は「中塚歯科医院」

01267-2-6480

まで お電話頂けると助かります

定期健診大事です

