

OHAT-J

(Oral Health Assessment Tool)

活用マニュアル

川内市医師会在宅医療支援センター

目次

OHAT-J概要	・・・・・・・・・・	2
OHAT-Jとは		
OHAT-Jの特徴		
OHAT-J活用のメリット		
OHAT-Jの活用シーン		
本資料について		
OHAT-Jのスコア解説		
Oral Health Assessment Tool日本語版	・・・・・・・・・・	4
口唇／舌	・・・・・・・・・・	5
歯肉・粘膜／唾液	・・・・・・・・・・	6
残存歯／義歯	・・・・・・・・・・	7
口腔清掃／歯痛	・・・・・・・・・・	8
OHAT-J評価後の対応	・・・・・・・・・・	9
用語説明	・・・・・・・・・・	10

OHAT-Jとは

OHATは、歯科医療者でなくても口腔のアセスメントが簡便にできるツールです。オリジナルは、Dr. Chalmersらによって開発された口腔評価用紙で、世界中で使用されています。OHAT-Jは、原文著者の承諾を得て東京科学大学の松尾浩一郎先生によって日本語に翻訳されたもので、各地の医療機関や介護施設などで活用されています。OHATを導入することで多職種間で共通言語化でき、口腔環境を数値化して円滑に連携を行うことが期待できます。

OHAT-Jの特徴

口腔内の問題を8つの項目に分類

- ・口唇
- ・舌
- ・歯肉、粘膜
- ・唾液
- ・残存歯
- ・義歯
- ・口腔清掃
- ・歯痛

スコア0 = 健康（正常）

スコア1 = 変化

スコア2 = 病的

の3段階で評価

OHAT-Jの活用のメリット

必要に応じて、口腔アセスメントやスクリーニング、日ごろの評価などに活用できます。共通言語として他職種や他事業所との連携にも活用することで、適切な情報共有が可能となります。

特に口腔の評価は人によってムラがあり基準があいまいとなることがあります。歯科専門職でなくても、同じ視点の情報があることで協働した支援計画の作成にも役立ちます。

OHAT-Jの活用シーン

OHAT-Jはこんな場面で活用できます。

- ・病棟における口腔管理、評価など
- ・介護施設、事業所
- ・訪問看護
- ・訪問歯科診療
- ・入退院時の連携やカンファレンス
- ・担当者会議
- ・各種口腔関連の加算算定にかかる文書作成

本資料について

引用元：東京科学大学

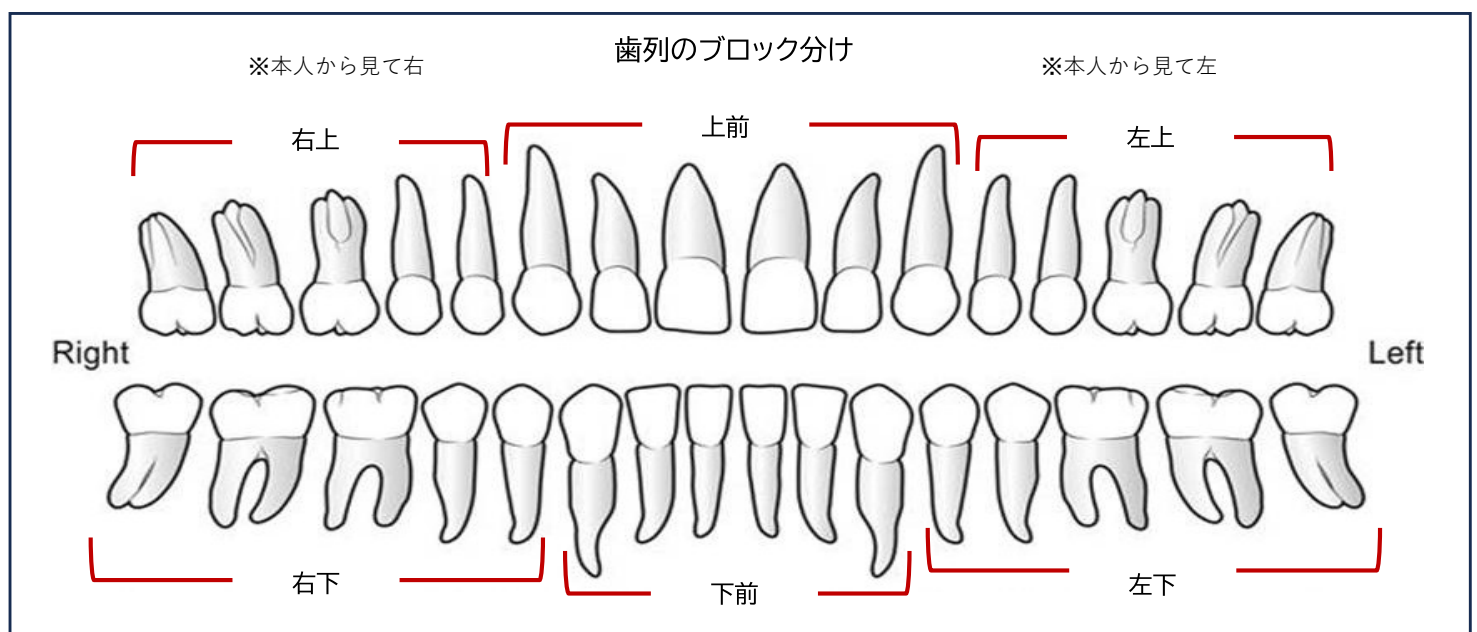
大学院 地域・福祉 口腔機能管理学分野

<http://www.ohcw-tmd.com/research/ohat.html>

【OHAT-J 専用ページ】

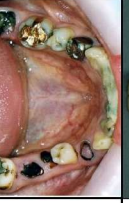
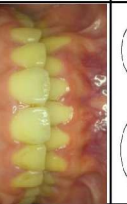
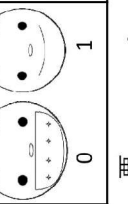
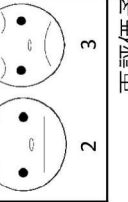
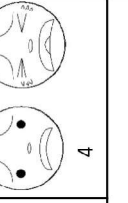


OHAT-Jのスコア解説



ORAL HEALTH ASSESSMENT TOOL 日本語版 (OHAT-J)

(Chalmers JM, 2005; 松尾, 2016)

ID:		氏名:		評価日:		2 = 病的		スコア	
項目	0 = 健全			1 = やや不良					
口唇		正常, 湿润, ピンク		乾燥, ひび割れ, 口角の発赤		腫脹や腫瘍, 赤色斑, 白色斑, 潰瘍性出血, 口角からの出血, 潰瘍			
舌		正常, 湿润, ピンク		不整, 亀裂, 発赤, 舌苔付着		赤色斑, 白色斑, 潰瘍, 腫脹			
歯肉・粘膜		正常, 湿润, ピンク		乾燥, 光沢, 粗造, 発赤 部分的な(1-6歯分)腫脹 義歯下の一部潰瘍		腫脹, 出血(7歯分以上) 歯の動揺, 潰瘍 白色斑, 発赤, 圧痛			
唾液		湿润, 漿液性		乾燥, べたつく粘膜, 少量の唾液 口渇感若干あり		赤く干からびた状態 唾液はほぼなし, 粘性の高い唾液 口渇感あり			
残存歯 □有 □無		歯・歯根のう蝕または破折なし		3本以下のう蝕, 歯の破折, 残根, 咬耗		4本以上のう蝕, 歯の破折, 残根 非常に強い咬耗 義歯使用無しで3本以下の残存歯			
義歯 □有 □無		正常 義歯, 人工歯の破折なし 普通に装着できる状態		一部位の義歯, 人工歯の破折 毎日1-2時間の装着のみ可能		二部位以上の義歯, 人工歯の破折 義歯紛失, 義歯不適のため未装着 義歯接着剤が必要			
口腔清掃		口腔清掃状態良好 食渣, 歯石, プラークなし		1-2部位に 食渣, 歯石, プラークあり 若干口臭あり		多くの部位に 食渣, 歯石, プラークあり 強い口臭あり			
歯痛		疼痛を示す 言動的, 身体的な兆候なし		疼痛を示す言動的な兆候あり: 顔を引きつらせる, 口唇を噛む 食事しない, 攻撃的になる		疼痛を示す身体的な兆候あり: 頬, 歯肉の腫脹, 歯の破折, 潰瘍 歯肉下膿瘍. 言動的な徴候もあり			
歯科受診 (要 不要)		再評価予定日		合計					

口唇



=見て確認



=触れて確認



=聞き取りで確認

項目	0 = 健康	1 = やや不良	2 = 病的
口唇	 正常, 湿潤, ピンク	 乾燥, ひび割れ, 口角の発赤	 腫脹や腫瘍, 赤色斑, 白色斑, 潰瘍性出血, 口角からの出血, 潰瘍

スコア=0(正常)

- ・ピンク色
- ・湿っている



スコア=1(変化)

- ・触ると固くかさかさしている
- ・口角にひびわれや発赤がみられる
- ・見るだけでなく触れたときの感覚も評価に役立つ
- ※口を少し開けて見るのがポイント



スコア=2(病的)

口内炎, ヘルペス, 潰瘍, 血管腫や唾液腺腫, 腫瘍, 出血を伴う状態など



舌



=見て確認



=聞き取りで確認

舌	正常, 湿潤, ピンク	不整, 亀裂, 発赤, 舌苔附着	赤色斑, 白色斑, 潰瘍, 腫脹
---	-------------	------------------	------------------

スコア=0(健康)

- ・薄いピンクや淡い赤
- ・湿っている
- ・うっすらと均一な舌苔がある
- ・縁に丸みがありぎざぎざがない
- ・ベアとするとまっすぐ出せる



健康

スコア=1(変化)

- ・かさかさ, スプーンなどがぺたっとくっつく(乾燥)
- ・ヒビ, 不自然な赤み
- ・厚い(不自然な色の)舌苔
- ・縁にぎざぎざの痕
- ・舌乳頭の萎縮(つるつるてかてか)
- ・ひりひりぴりぴりした痛み



乾燥



舌苔



地図状舌



ヒビ

スコア=2(病的)

- ・潰瘍(口内炎, がんなど)
- ・白板症(前がん症状)など
- ・咬傷, 裂傷, 火傷など
- ※明らかになんらかの病変があるもの



白板症



口腔カンジタ症



扁平上皮癌

参考

※表面はきれいに見えても片側がひきつる場合
麻痺の可能性あり



歯肉・粘膜

👁️ = 見て確認

✋ = 触れて確認

👂 = 聞き取りで確認

歯肉・粘膜



正常, 湿潤, ピンク



乾燥, 光沢, 粗造, 発赤
部分的な(1-6 歯分)腫脹
義歯下の一部潰瘍



腫脹, 出血(7 歯分以上)
歯の動揺, 潰瘍
白色斑, 発赤, 圧痛

スコア=0(健康)

- ・薄いピンク色
- ・乳頭部が鋭角な三角形(丸っぽくない)
- ・ぶよぶよして引き締まっている
- ・表面につぶつぶのくぼみがある(スティップリング)
- ・歯ブラシで容易に出血しない
- ・全体に色が均一



スコア=1(変化)

- ・部分的(1-6本)に腫れている
- ・乾燥してかさかさしている
- ・潤いがなく荒れている
- ・赤くなっている
- ・入れ歯の下に傷がある(入れ歯が当たっている)



一部の歯肉に炎症がある。歯肉が均一な色ではなく歯に沿って、あるいは特定の部分が赤い, 暗いなど

スコア
1



金属や喫煙などによる歯肉の色素沈着



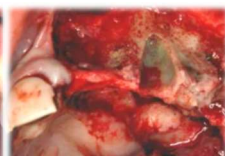
何らかの原因で根の先に膿が溜まり歯肉に出口ができた状態

スコア=2(病的)

- ・腫れている(7本以上)
- ・歯がぐらぐらしている(触ると動く)
- ・潰瘍や明らかに正常ではない部分がある(白くなっている場合もある)
- ・強い赤み, 押さえると痛いなど
- ・歯肉・頬の粘膜, 口腔底(舌の下)など粘膜に何らかの病変がある場合



悪性黒色腫



ビスホスホネート製剤使用中の顎骨壊死



薬剤性歯肉増殖症



カンジダ性口内炎

カルシウム拮抗薬などの長期内服や癌の治療に伴うビスホスホネート製剤内服など, 薬剤の影響によるものもあるため確認が必要。

唾液

※口腔内の乾燥状態を見る

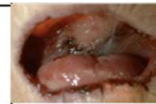
👁️ = 見て確認

👂 = 聞き取りで確認

唾 液



湿潤, 漿液性



乾燥, べたつく粘膜,
少量の唾液
口渇感若干あり



赤く干からびた状態
唾液はほぼなし, 粘性の高い唾液
口渇感あり

スコア=0(健康)

- ・全体が均一に湿っている
- ・粘つきが少なくさらりとした唾液で潤っている
- ※歯の表面が乾いていないことも目安になる

スコア=1(変化)

- ・ネバネバした感じ
- ・舌や歯肉などがヒリヒリする
- ・虫歯や歯周病が悪化する
- ・こびりついた固い汚れ(歯垢や歯石)がつきやすくなる
- ・ふとした時に口臭を感じる



ここがポイント①

- ・唾液が糸を引く
- ・細かい泡(口腔内だけでなく, 口角に泡がついているまたは白くなっている)
- ・食物が歯の周囲に付着しやすくなる
- ・スプーンなどがべたつく
- ・頬の内側が乾いている
- ・義歯が合いづらくなる(外れる, 痛い等)

スコア=2(病的)

- ・強い口臭
- ・舌表面のひび割れ
- ・粘膜の痛みで摂食障害
- ・滑舌が悪くなり会話しづらい
- ・不眠の原因になることもある

重度の認知症や疾病, ターミナルの方, 寝たきりの方など
⇒剥離した口腔粘膜(黄色い膜)が張りついていることが多い

全体に光沢がなくカサカサしていて, 粘膜面にシワがみられることも多い

唾液分泌低下(乾燥)の確認方法

- ・舌の上に唾液がない, 厚い舌苔
- ・食物をいつまでももぐもぐしている
- ・嚥下しにくい・時間がかかる・食べたがらない
- ・むせやすい
- ・頬の内側が乾いてしわがある
- ・粘膜面に残渣が付着しやすくなる
- ・義歯が合わなくなる

口腔乾燥の原因になるもの

疾患	シェーグレン症候群, 糖尿病, 多尿症, 尿崩症, 甲状腺機能亢進・低下症, 唾液腺疾患, 発熱, 熱傷, うつ病など
薬剤	抗うつ剤, 鎮痛剤, 抗パーキンソン剤, 降圧剤など
機能低下	口腔機能低下, 麻痺による機能障害, 義歯不適合による機能低下など
その他	加齢やストレス, 口呼吸, 喫煙や飲酒などの生活習慣

※上記がある場合は要注意

残存歯

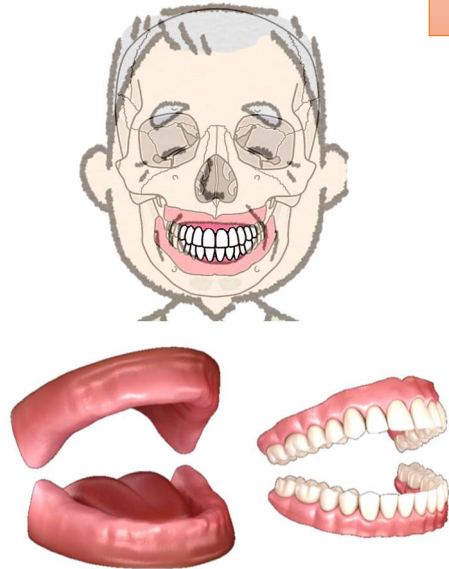
👁️ = 見て確認 👂 = 聞き取りで確認

残存歯 □有 □無		歯・歯根の う蝕または破折なし		3本以下の う蝕、歯の破折、残根、咬耗		4本以上のう蝕、歯の破折、残根 非常に強い咬耗 義歯使用無しで3本以下の残存歯
--------------	---	--------------------	---	------------------------	---	---

スコア=0(健康)

◎健康な歯がそろっている
※上下左右で28～32本

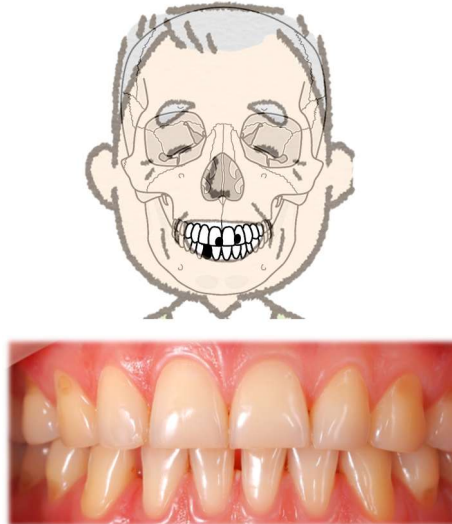
◎残っている歯は0本だが総義歯
を使用している



スコア=1(変化)

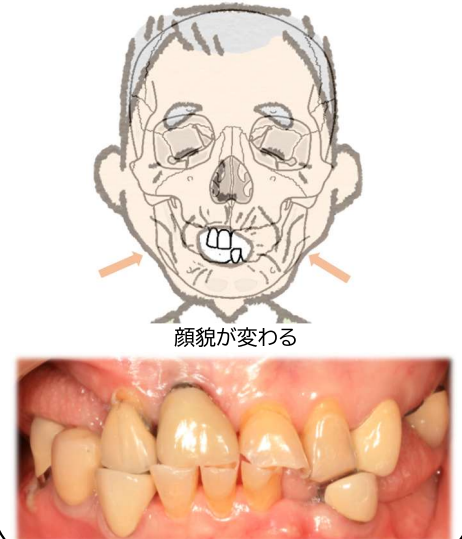
◎次の状態が3本以下
・虫歯(黒くなっているなど)
・破折(折れている, 欠けている)
・残根(根っこだけになっている)
・咬耗(擦り減っている)

重要! 奥歯できちんと咬めるところがあるか



スコア=2(病的)

◎次の状態が4本以上
・虫歯(黒くなっているなど)
・破折(折れている, 欠けている)
・残根(根っこだけになっている)
・非常に強い咬耗(すり減り)
◎残っている歯が3本以下で義歯
を使用していない場合も含む



※高齢者の場合0または2が多いと考えられる

義歯

👁️ = 見て確認 👂 = 聞き取りで確認

義 歯 □有 □無		正常 義歯, 人工歯の破折なし 普通に装着できる状態		一部位の義歯, 人工歯の破折 毎日1-2時間の装着のみ可能		二部位以上の義歯, 人工歯の破折 義歯紛失, 義歯不適のため未装着 義歯接着剤が必要
--------------	---	----------------------------------	---	----------------------------------	---	--

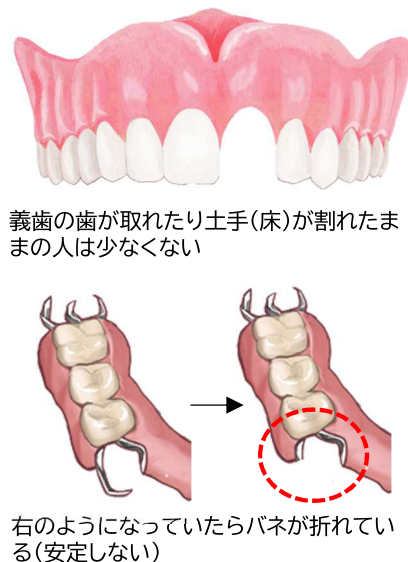
スコア=0(健康)

・普通に問題なく使えている
・破折やヒビがない



スコア=1(変化)

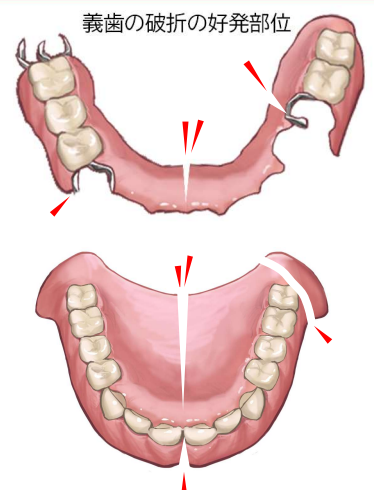
・1カ所割れている(欠けている)
・バネが1カ所折れている
・毎日1～2時間程度しか使わない
(食事の時などのみ使用し, それ
以外は外している)



スコア=2(病的)

・2カ所以上割れている(欠けている)
・義歯が合わないので使っていない
・義歯を失くした
・義歯用の安定剤を使わないときちゃんと使えない

◎救急搬送などで義歯を自宅に置いてきた場合などはスコア2



口腔清掃

👁️ = 見て確認 👂 = 聞き取りで確認

口腔清掃		口腔清掃状態良好 食渣、歯石、プラークなし		1-2部位に 食渣、歯石、プラークあり 若干口臭あり		多くの部位に 食渣、歯石、プラークあり 強い口臭あり
------	---	--------------------------	---	----------------------------------	---	----------------------------------

スコア=0(健康)

- ・食物残渣がない
- ・歯石や歯垢がついていない

きれいな口腔内のポイント

- ・歯の表面や根元に光沢がある
- ・全体が潤っている
- ・歯肉と歯の境目がはっきりしている
- ※特に歯の側面や裏側、凹み部分をよく見る
- ・舌苔が少ないまたは薄い
- ・口臭をほとんど感じない

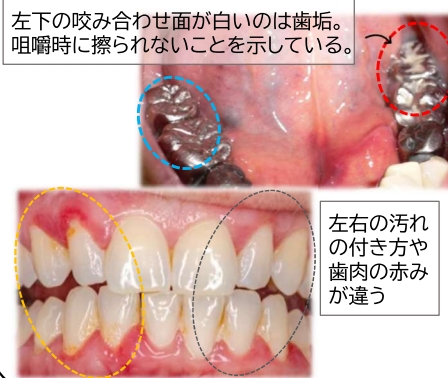


スコア=1(変化)

- ・歯列の1～2部位(歯並び全体の1/3程度)に歯垢や歯石、食渣が付着している
- ・少し口臭を感じる

口腔内を見る際の注意ポイント

- ・いつも噛まない側
- ・自分でケアをしている人:利き腕側
- ・介護者がケアをしている人:介助者が立つ側や介護者の利き腕側
- ・歯の側面、間、裏側、凹み、奥歯



ここに該当する人が多い傾向にある

スコア=2(病的)

- ・広範囲に歯石や歯垢が沈着
- ・食渣があちこちに残っている
- ・強い口臭がある

該当する人の特徴

- ・厚い舌苔
- ・乾燥(指やスプーンが張り付く)
- ・咀嚼力の低下、食形態の変化
- ・嚥下力の低下
- ・会話の減少、発音の変化
- ・口呼吸



歯痛

👁️ = 見て確認 👂 = 聞き取りで確認

歯痛		疼痛を示す 言動的、身体的な兆候なし		疼痛を示す言動的な兆候あり: 顔を引きつらせる、口唇を噛む 食事しない、攻撃的になる		疼痛を示す身体的な兆候あり: 頬、歯肉の腫脹、歯の破折、潰瘍 歯肉下膿瘍。言動的な徴候もあり
	0	1	2	3	4	

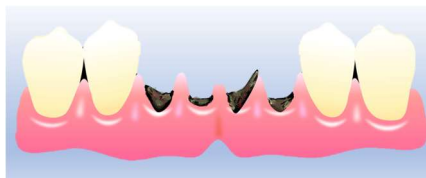
ここに該当する人が多い傾向にある

スコア=0(健康)

- ・痛みを訴えない
- ・触ったり刺激があっても痛がる素振りや反応をすることはない。

どのような状態であっても痛みはない場合はスコア0

どうみても虫歯や歯肉の炎症などがあり、口腔内の状態が悪いと思われても、本人が痛みを訴えない場合はスコアは0と判断する。



※上記のように歯が折れていても痛みがないこともある

スコア=1(変化)

- ・時々痛みを訴えることがある
- ・食事時や義歯を入れたときなど何らかのタイミングで不機嫌になったり、痛みを訴えたり険しい表情になる
- ・触ろうとすると手を払う
- ・食事や口腔ケアを嫌がったり口を噛み締めて開けなかったりする
- ・「触るな!」などと言う

時々または我慢できる程度の痛みがあるかどうか

食事時や後、噛むと痛い、触ると痛い、冷温刺激などで痛む
常時痛みがあるが耐えられる程度
義歯を入れたら痛みが外すと治まる
※我慢しているケースも多い
などさまざまなケースがある。

スコア=2(病的)

- ・言葉や表情、動きで明らかに痛みを訴える
- ・常に不機嫌
- ・痛みを起こすような所見がある
※頬や歯肉、顎下などの腫れ
※歯に穴が開いている、歯が折れている、ぐらぐらしているなど
※潰瘍や腫瘍、膿瘍などがある
※X線撮影でわかるケースあり

我慢できないほど激しい痛み
訴えができない人は、表情や仕草、口腔内の状況によって判断する必要がある。

※神経が死んだ歯から感染が進むと顎の骨の中で炎症が起こり歯根のう胞など痛みが出ることもある。

※歯が黒くなって穴が開いたり根だけになったりしても、神経が徐々に死んで痛みを感じないこともしばしばある。
高齢者の場合、痛みが鈍感になることも少なくないことや鎮痛剤を常時内服しているケースもあるため、歯科医師との連携も必要となる。

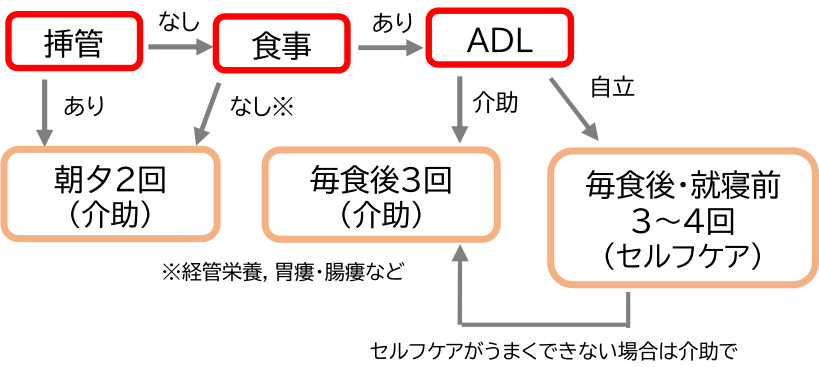
OHAT-Jの評価後の対応

OHAT-Jに基づいた口腔ケアの目安

OHAT-Jのスコアに対応した口腔ケアの目安です。必要に応じて粘膜ケアなども追加して口腔環境の維持に活用してください。

口腔ケアプロトコル(参考)

1.口腔ケアの基本のプロトコル (①～⑥のケア)



2.OHAT-Jの評価を参考に必要に応じて粘膜ケアを追加

OHAT-Jのスコア	すべて0	いずれか1	いずれか2
粘膜ケアの必要性 (④～⑥)	不要	2回	4回

口唇	1 保湿 2 歯科受診の推奨
舌	1 保湿と口腔ケア 2 歯科受診推奨
歯肉・粘膜	1 保湿と口腔ケア 潰瘍などあれば歯科受診推奨 2 歯科受診推奨
唾液	1 保湿と口腔ケア 口腔機能向上体操 2 保湿と口腔ケア 歯科受診推奨
残存歯	有でスコアが1か2の場合歯科受診推奨
義歯	有でスコアが1か2の場合歯科受診推奨 義歯ケアも行う
口腔清掃	自立/一部介助/全介助 1 口腔ケア・可能なら歯科受診推奨 2 口腔ケア・歯科受診推奨
歯痛	スコアに1か2がある場合は歯科受診推奨

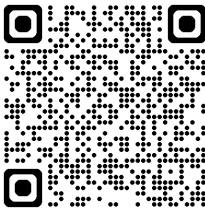
手順	①粘膜保護	②乾燥汚れの加湿	③ブラッシング	④粘膜清掃	⑤汚れの回収	⑥粘膜保湿
内容	口唇や口角のひび割れ防止, 口腔内の粘膜保護のための保湿	乾燥剥離上皮等を除去しやすくするために過失	歯面, 歯間部の汚れをブラッシングで取り除く	柔らかくした乾燥汚れ・粘膜片などを奥の方から手前に向けて除去	誤嚥リスクのある人はうがいまたは拭き取りで残った汚れを除去	口唇や口腔粘膜を保湿
使用するもの	○保湿剤 ○スポンジブラシ	○保湿剤や洗口液 ○スポンジブラシ	○歯ブラシ ○歯間ブラシ ○吸引	○スポンジブラシ ○口腔用ウェットティッシュ ○舌ブラシ ○吸引	○口腔用ウェットティッシュ	○保湿剤 ○スポンジブラシ

OHAT-Jの評価後

OHAT-Jのスコアは、定期的評価やアセスメントなどに活用できます。口腔機能の低下は、高齢者のその後の生活にさまざまな影響を与えることがわかっています。スコアの総計が大きい場合やスコア2がある場合は、かかりつけの歯科医院受診や訪問歯科診療を受けることをお勧めします。評価内容を担当の歯科医師と共有すると情報を的確に提供することができます。かかりつけ歯科医院に相談する場合には、在宅医療支援センターが公開している「FAX相談表」もご活用ください。

医科歯科連携に関する資料

- ・ 歯科連携用FAXシート（相談用）：Excel/Pdf
- ・ 歯科連携用FAXシート（返信用）：Excel/Pdf



【一般的な歯科用語】

部位（ぶい）

歯列を上と下それぞれに右奥歯・前歯・左奥歯の6分割した場合の単位。

残存歯（ざんぞんし）

現在歯ともいう。歯の状態にかかわらず口腔内に残っている歯をさす。

舌乳頭（ぜつにゅうとう）

舌の表面にある小さな突起。位置によって形や大きさが異なる。

口腔底（こうくうてい）

歯肉と舌の下にあるくぼみの部分

人工歯（じんこうし）

義歯などに使われている人工の歯。プラスチックや陶器などさまざまな素材のものがある。

舌苔（ぜったい）

舌の表面に付着している汚れ。細菌や剥離した粘膜,食べかす,唾液の成分などからなり,口腔内の不潔や乾燥,体調悪化などによって増加する。

残根（ざんこん）

歯の頭部分がなくなり根だけが残っている状態

咬耗（こうもう）

長年の噛み合わせによって歯がすり減ること。個人差やそれぞれの歯の個体差があり,著しくすり減ると咬耗症と診断される。

【病変や疾病に関する歯科用語】

歯肉膿瘍（しにくのうよう）

何らかの原因で細菌感染が起こり歯根の先に膿が溜まった状態。歯周病の有無に関わらず発生し,歯肉表面に膿の出口がみられることがある。

口内炎（こうないえん）

粘膜の炎症。刺激による痛み,唾液に分泌量の増加,食欲不振を伴うことが多い。

ヘルペス（へるぺす）

ウイルス感染により粘膜に小さい水泡や灼熱感,痛みなどが起こる。口腔清掃不良やストレス,疾病など免疫力が低下したときに起こりやすい。

血管腫（けっかんしゅ）

何らかの原因で血管が異常に拡張したり血管の奇形などにより正常な組織が大きくなったもので悪性腫瘍とは異なる。

唾液腺腫（だえきせんしゅ）

耳下腺や顎下腺などの唾液腺にできる良性または悪性の腫瘍。

地図状舌（ちずじょうぜつ）

舌の表面に地図のような模様が出て痛みや違和感を感じたり刺激に敏感になることがある。

白板症（はくばんしょう）

慢性刺激などが原因で組織が白く厚くなった病変で擦っても除去できない。前がん症状ともいわれる。

咬傷（こうしょう）

咬んでできた傷

裂傷（れっしょう）

何らかの原因で裂けてできた傷で切り傷より傷口が荒い状態が多い

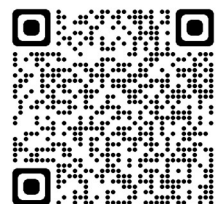
**公益社団法人
川内市医師会在宅医療支援センター**

鹿児島県薩摩川内市大小路町70番26号

TEL：0996-22-4021

FAX：0996-22-8114

[いいせんネット](#)



研修や出前講座などにも対応しています。お気軽にご相談ください。

本資料は、東京科学大学の松尾浩一郎先生の許諾を得て、当センターが地域向けに作成したものです。利用のためのダウンロードは可能ですが、内容の改変や再配布はご遠慮ください。利用に際しましてご不明な点がございましたら、当センターまでご相談ください。