

第20回 口腔機能って何だろう？

＝ 「口腔機能」は、感覚機能の改善によってその機能は改善される ＝
(その2)

北九州在宅医療・介護塾
塾長 久保 哲郎

前回は、口腔機能改善を図る方法として「感覚機能改善-1」について紹介しましたが、今回は「感覚機能改善-2(五感の特性)」について紹介します。

ヒトがある瞬間に同時に活用できる感覚の数は、概ね「1 or 2」で最大「3つ」までといわれています。このことは、例えばテレビに集中しながら食事を摂る場合には、視覚や聴覚等のレベルが高くなっている反面、味覚や嗅覚、そして触覚の活用レベルが低くなっており、そのため“味”や“臭い”が分からない、さらには、「お口の中に食物が入っていることが分からなくなる、食塊が舌根部や咽頭部に送り込まれていることが分からなくなる」等が生じ、その結果として「誤嚥」や「窒息」という不幸な結果を招くことになります。

従って、口腔機能が低下している要介護高齢者等では、お食事を摂る際にはテレビ等の視

聴はせずに、お食事を摂ることのみに集中し、お食事が終了した後にゆっくりとテレビの視聴を楽しまれてはどうでしょうか？

次に、「五感を活用するにあたって優先順位が存在する(下図)」といわれています。最も優先順位が高いのが「触覚」で、最も低いのが「味覚」です。このことは、優先順位の上位の感覚を活用している場合には、下位の感覚は活用しにくいことを意味しており、特に順位差があるほどその傾向が強まるようです。例えば、“味”と“臭い”は同時に楽しめますが、力を込めて硬い食物を噛み砕くような場合(触覚)には、正直“味”は分かりづらくなります。このように“味”を楽しむためには、味覚以外の上位の感覚を意識から除外し、味覚のみに集中することが必要です。

今回は、「感覚機能改善として、五感の特性を活用すること」について紹介しました。

