

## 第36回 口腔機能って何だろう？

＝「認知症の方」の食事「困りごと」と対処法について＝

(その11)

北九州在宅医療・介護塾  
塾長 久保 哲郎

先月に引き続いて「食事で困っていること」をテーマにして、その対応策についてご紹介します。

### Q-1：食べ物を前にして食べない。

●むし歯や歯周病などで歯が悪くなったり、入れ歯が合わなくなったりしているのかもしれませんが。

歯が痛いとか入れ歯が合わないとか訴えてくれないと、気づきにくいですね。また、本人に尋ねても本当の答えはなかなか返ってくることはありません。

食べものを噛んだ時や、入れ歯の装着時に顔を歪めたり、口腔ケアの際に痛がったり、食べる量が減ってくる場合などに気づいた場合は、「歯・口」が適正な状態でないことへのサインかもしれません。

その時は、かかりつけの歯科医師に診て戴きましょう。

●本人が何故食べないのか、それがどうしてなのか、理由が解らないという「食べないというこだわり」を持つ人もいます。

そのような場合は、「認知症とは、そういう病気なんだから・・・」と、思うようにしてはどうでしょうか？無理に1日3食、決まった時間にきちんと食べなくてもよいのです。食事は、3日間でトータルして、概ね量や栄養のバランスが摂れていれば充分といわれています。

しかしながら水分の量については、1日1～1.5ℓになるようこまめに摂りましょう。

### 口から食べる幸せを実現する支援技術具体例(その2)

1. 身体審査を継続したうえで、五感の活用に留意する。
2. 好物のトリガーを探す。
3. おにぎりを目の前でつくる。カレーライス、炭酸水をお茶代わりに、家族と一緒に食べるなどの工夫。松花堂弁などを容器や盛り付けを工夫する。
4. たくあんをしゃぶって、ご飯(お粥)を食べてもらう。寿司(ゼリー寄せ)、うなぎ(ゼリー寄せ)、ケーキなどの嗜好品を選んで食べられるようにする。
5. 一緒にみかんやバナナの皮をむくなど、行為の始まりから開始する。

(口から食べる幸せをサポートする包括的スキル 小山珠美)より