

第43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18)

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-4：食べ物口の中からこぼれたり、料理を口に入れるときにこぼしたりします。

●口輪筋の筋力が低下していたり、麻痺などで開いたままだったり、閉じることができないのかもしれませんが。食べる時の様子をよく観察すると、口からこぼれたり、こぼしたりする理由を見つけることができる場合があります。口輪筋の筋力アップには、口唇を尖らせたり、口唇を閉じた状態でホップを膨らませたりする方法などがあります。また、麻痺がある閉じられない側の口唇を押さえて食べたり、麻痺していない側がし下になるように、心持ち顔を傾けて飲み込むようにすれば、上手に食べられる

ことがあります。

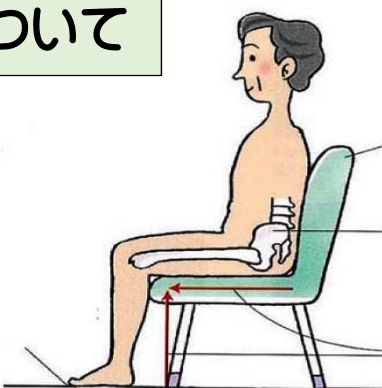
本人ができない時は、介護者が口唇を押さえてあげると良い場合があります。

●前かがみになりすぎるなど、姿勢が悪いのかもしれませんが。全身の筋力が低下してくると、キチンとした姿勢を保持するのが難しくなります。そのような場合は、口から食べ物がこぼれやすくなります。椅子に座って食べる場合は、背もたれまで深く座り、足裏(かかと)を床にしっかりと密着させ、舌を前に出したときに舌と床が平行になっている姿勢(真っ直ぐ見て背筋をしっかりと伸ばす)をとりましょう。

また、ベッドで食事を摂る時は、60度程度ギャッチアップし、頭の下に枕などを入れて少し前屈させてみてはどうでしょうか。

座位の注意点について

足裏がしっかりと床に着くこと。着かない場合は台などで補正する。



適切な背もたれ(背もたれが広すぎると横に傾きやすい)。

骨盤が傾かない。

幅と高さが身体に合った椅子を選ぶ。