

## 第38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13)

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-2：食べ物が口に入っても噛まなかったり口に入れた食べ物を出しりしてしまいます。**

●1品の料理の中で、食感（食物を飲食した際に生じる五感のうち、歯や舌、喉（のど）を含む口から喉で受ける感覚を指し、具体的には歯応え、舌触り、喉ごしなどをいう。味覚など他の感覚とともに、「おいしさ」を構成するうえで重要な要素となる）が均一でないと、違和感を持つ場合があります。柔らかいものの中に、硬い食感がある場合は、石などの異物が入っていると勘違いして吐き出したりすることがあります。

食べ物であることを認識して戴けるために、味や臭いなどの科学的性質、ネバネバ、モチモチ、ふわふわーっと表現される物理的性質などについて工夫が必要で、例えば、硬いものを選んで吐き出してしまう場合には、硬さが異なる食材をいろいろ入れずに1品の料理を全て同じ硬さになるように調理してみてくださいはどうか？

また、認知症の方は、体内時計の狂いが生じることで睡眠障害が起こりやすく、その結果として口の中に食べ物が入っていることが認識できていないのかもしれない。十分な覚醒状態でない場合に摂食すると、誤嚥や窒息などの原因になりますので、覚醒しているか確認して食事を摂っていただきましょう。

### 口から食べる幸せを実現する支援技術具体例(その4)

1. 彩り、盛り付け、少量で栄養化の高い補助栄養食品の活用、一緒に売店やスーパーに行って食べたいものを選ぶ、レストランで食べる。
2. 米類、麺類、パン類など食欲を高めるような食事のバリエーションを増やす。
3. 食事環境を整える(テーブル、摂食用具、食べ方、介助の仕方など)。
4. 食事が楽しいという気持ちになれるように物理的、心理的な配慮を継続する。
5. 身体活動、社会的交流を維持し、活動性を高める。

(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