

第40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15)

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-3：食べ物を丸飲みしたり、次々に口の中に詰め込んだり、口の中にいつまでも残ったりします。

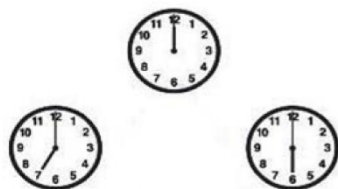
●一般的には、かたい食材にはしっかり噛み、軟らかい食材にはそれほど力を込めて噛むことはせず、お茶などは噛まずに飲み込んでしまいます。しかしながら、どのようにして食べたり飲んだりすればよいか分からない時には、噛まずに丸飲みしたり、逆に何時までも噛み続けたりします。また、口腔内感覚機能や認知機能の低下によって口の中に食べ物が“ある”という認識が欠如すると、口の中に溜め込んでしまい、遂には口唇から漏れたりします。丸飲みを頻繁に行うことで誤嚥を起こし、その結果、食塊が喉

につまり、窒息にもなりかねません。そのような場合には、軟らかい食事やペースト状の食事に変更し、噛まずに丸飲みしても危険が及ばない食形態に代えてはどうでしょうか。

但し、よく噛まずに“丸飲み”していると「早食い」となり、百害あって一利なしといわれていますので注意しなければなりません。また、しっかり噛まずに安易に飲み込んでいると咀嚼機能等が廃用を起こし、咀嚼関連筋群に機能低下を生じさせることにもなりかねません。そのため、ご本人の摂食（咀嚼）状態を日頃から十分に観察することが肝心で、良好な状態の時には、しっかり噛む食形態に代えることが必要といえます。

摂食状態を“観察すること”は、ご本にとのコミュニケーションに繋がりますので、日課として取り組んでください。

「食べる」こととは



規則正しく食事をする

エネルギー・タンパク質の十分な補給

筋タンパク質・内臓タンパク質の改善

免疫能・自然治癒力の改善

要介護状態や自然治癒力の改善

身体機能・生活機能の改善

QOL (命の質) の改善