

# 第19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1)

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ためには「認知機能改善」に取り組むことについて紹介しましたが、今回は、「感覚機能改善-1」について紹介します。

人間が生きるために必要な例えば摂食・嚥下運動、呼吸運動、心臓の拍動、消化管の蠕動運動や手足の運動などは、五感を通じて体内外の感覚情報が脳の各感覚野へ入力後、認知し、脳から運動情報が出力されることで可能となります。

このように「感覚→認知→運動」というプロセスは、人間が生きるための基盤になるもので、そのため認知症者や利用者が人間である以上、低下したこのプロセスに対して改善方法をケアに組み込むとが、人間本来の在り方に適ったケアだと考えています。

ところで、「理屈っぽい話を聞いた場合は直ぐに忘れやすい」、「知性や感性を伴って楽しく食べたことは何時までも覚えている」などは経験によって実感していますが、何故このようなことが起こるのでしょうか？

それは、耳から入った「理屈っぽい話（情報）」は左脳で処理されたあと左脳で保存（記憶）されますが、保存できる容量が満杯になると新たに左脳に入力された情報によって“上書き”されるため古い記憶は消却され、また、知性・感性を伴って「楽しく食べた経験（情報）」は五感を通じて右脳に入力されますが、右脳の方が左脳よりも記憶容量が多いということで「楽しく食べたことは何時までも覚えている」という結果になるようです。

人間が外界から取り入れる感覚情報のうち視覚情報が70%占めるとの報告もあり、そのため食事をする場合には、視覚をメインにして、食事会場や出された料理をしっかりと観察（視覚）し、食材の舌感や歯応え（触覚・聴覚）、匂いや味（嗅覚・味覚）を確かめながら、楽しく会話（聴覚）をするなど、視覚以外の他の全ての感覚も加えて左脳と右脳をフルに活用し、「しっかりと噛んで、美味しく食べる」ことが「脳」のアンチエイジングに繋がると考えられています。

