

今号は、口腔機能低下に関する対応方法について紹介します。

解説は日本音楽療法学会認定音楽療法士として口腔介護に豊富な経験をお持ちであり、

またケアマネージャー資格をお持ちの尾形由美子先生（鹿児島県 尾形歯科医院勤務）にお願いしました。



## …………… 実は気付いている口腔機能低下～食事風景から口腔機能低下を見る～ ……………

食事介助時に皆さんは色々な工夫をされていることと思います。その工夫は、どこからきているのかを考えたことがありますか？皆さんが行なっている食事介助の工夫は、その方の口腔機能の低下した部分を補っていることが多いのです。何気なく行なっている工夫をしっかり意識することによって、改めて口腔機能の状況やレベルを知ることができます。

具体的には「○側から介助したほうがよく食べる」、「こんな食形態はよく食べる」、「おかゆに混ぜたほうが食べやすい」、「このくらいの大きさのスプーンがよい」など、様々な例が挙げられると思います。

どのようにしたら、その利用者がムセることなく時間がかかりすぎずに食べられるかを、皆さんは無意識のうちに工夫して対処しています。そしてそれらはとても大切な情報ですから、具体的にどの様な工夫をしているのかを共有するために、記録しておくことが大切です。



### 【工夫の中にある大切な情報！】

- 例えば「こちら側からのほうがよく食べてくれる」という方向があるとしたら、それは口腔機能に左右差があり、実際に食べているほうが使い易いということがわかります。その場合、反対側に食べ物が入ると処理しづらく時間がかかったり、自然と食べやすい側に食べ物を移したり、また顔を食べやすい側に向けたり、といった反応も見られます。またかなりの機能低下がある場合は、ほとんど食べ物を処理できず、そこに留まることになるでしょう。
- また「とろみを付けたほうがよい」と感じる場合は、既に嚥下障害があるということです。そして当然ですが、とろみだけを付けていると口腔機能は低下する一方です。増粘剤を使い始めたら、口腔機能向上のための訓練は欠かせません。また、その利用者の口腔機能レベルによって、食べやすいとろみの度合いが変わってきます。口腔機能に合わせた粘度の調整にも目を向けてみましょう。
- 食べ物の粘度が強過ぎてなかなか処理できず、それがいつまでも口腔内に残っている様子を見たら、恐らく皆さんは、汁物やゆるいお粥、あるいはゼリーなどで、口腔内にたまった食べ物を流し込もうとするのではないのでしょうか？ このことは舌が食べ物を咽頭へと送り込む機能の衰えを、液状の食べ物で流し込むことで補っているわけです。舌訓練をして送り込む機能を回復していく必要があります。
- 食べ物を口腔の手前に置くとなかなか食べられないので奥の方に入れてあげる、ということもあるかも知れません。これもまた、舌が食べ物を咽頭へと送り込む機能に問題があるため、それを補う作業をしているわけです。
- リクライニングの車椅子などを利用されている場合には、利用者によっては少し倒したほうが嚥下反射が起こりやすいことを経験されたことがあると思います。これも同様に舌がものを送り込む機能を失っているために、重力を使ってこれを咽頭へ流し込もうとするものです。この場合、上手く嚥下できていれば嚥下反射よりも舌の動きに問題があると考えてよいでしょう。このように、皆さんが意識している以上に多くの利用者が舌訓練を必要としていることを知しましょう。

他にも、色々な工夫から見えることがたくさんあるはずです。皆さんが食事介助をする上で工夫されていることがあれば、その利用者は既に嚥下障害を持っていると言え、それに対応した食べさせ方や口腔機能訓練を必要としているということなのです。

