

# 食支援つうしん

—新宿食支援研究会通信—

第24号 2016.12.1 発行

私が訪問言語聴覚士（以下、ST）として在宅で関わらせて頂くようになり約1年が過ぎました。訪問を通じて感じるのは、嚥下障害の方が非常に多い事です。

嚥下機能の低下が疑われるような咽せや痰絡みの兆候があっても、食事が食べられるので今のところ大丈夫だと、危機感がなく、個人的な判断で終わらせている事が多く見受けられます。しかし、その後、肺炎になってしまってからSTに相談がくる事が多いです。

ケアマネージャーやご家族から、STのサービスの使い方がわからない、STがどんな事をしてくれる職業なのかわからない、訪問歯科や歯科衛生士が入っているから嚥下訓練を断られるなど、様々なマイナス意見を頂くことが多いのが現状です。

リハビリ職の中でも理学療法士や作業療法士に比べて認知度の低いSTですが、新宿区の訪問ST連絡会(以下、聖闘士ターン)が今年3月に発足しました。人数は少ないですが、同じSTが集まり、様々な情報共有ができることにとても感謝しています。聖闘士ターンの一員として、この新宿から、より一層にSTを広めていけるよう邁進して行きます。

食事は私たちにとって楽しみであり、生きがいでもあります。食べる事を諦めてしまった方、食べたいのに食べられないという方が、再び食べるという喜びを感じられるようご家族を含めて支援して行きたいと思っています。(言語聴覚士 奥山みゆき)

## 現場で使える介護食品

### 第3回 口から食事が、経管で栄養か

第3回目のケースは小規模多機能事業所から寄せられた相談です。

相談ケース3：女性90代、要介護4の方。摂食・嚥下機能が低下して、普段はミキサー食しか食べられず、元々食が細いこともあり、低栄養のリスクが続いています。

担当医からは、胃瘻による経管栄養を勧められていますが、ご本人は、食が細くても食べる意欲があり、甘い物が好きであること、そしてご家族は、ご本人の施設入所の利用待ちであり、入所要件の兼ね合いから胃瘻造設を避け、経口摂取を希望しています。しかし、両者をとっても小規模多機能事業所の職員は、日々の食事調理する手間と介助負担、誤嚥や低栄養のリスクが悩みとなっています。

対応したポイントは、4つです。

①歯科医の診察（摂食・嚥下の評価）、②口腔ケアの介入（看護師と専門品による口腔ケア）、③福祉用具の補助（食姿勢のチェック、福祉用具による補助）、④介護食品の活用（UD区分3~4のおかず、デザート）

①から③のように、口から食べられる評価と環境を整えたうえで、やはり優先したのは、ご本人の食べる意欲でした。

楽しみながら口から食べるリハビリとして、このような介護食品を活用する選択肢もあります。(介護食品販売 高瀬 誠)



## 食支援「広げる」プロジェクト

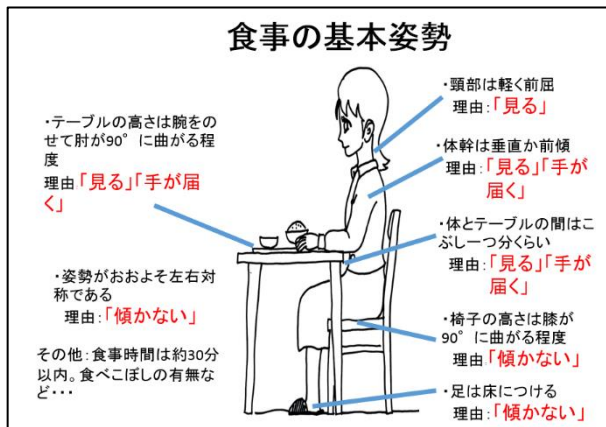
### 第1回「食支援サポーター」養成講座

コンフォガーデンクリニック 河野 悦子

医療・介護関係者は、様々な場所で様々な方の「食事」に関わる機会があると思います。その時、私たちは、一人で食べることができる人も食べるできない人も、その人がどのように食べているのか、また、その人の食べられる環境になっているかを、常に気配り、注意をしていく必要があります。その理由は、何も気づかなければ、知らないうちに「満足に食べられない身体」を作ってしまう可能性があるからです。

リハビリ専門職や医療介護関連職にとどまらず、もっと多くの方が食事の問題に気づき、より多くの利用者が「もっと食べられる身体」になるよう救い上げていくことが必要であり理想と言えます。

そこで、食事の時に着目すべきポイントを、誰にでもわかる3つのキーワードでまとめてみました。



#### 【1. よく「見る」(M)】

食べ物は目(視覚)や鼻(嗅覚)で味わえます。それが食事の準備(唾液)や食欲の向上につながります。食べ物を「見る」ためには、①顎を引くこと(顎をひかないと食べ物が見えません)、②食事の全て、器の中身全てが見えるテーブルの高さでなければならないこと、③身体が起きていなければならないこと、の3つが条件となります。

#### 【2. 「手が届く」(T)】

食べ物に「手が届く」ためには、①身体がおきていなければならないこと(手と食べ物との距離、口と食べ物の距離が近くなります)、②肘が邪魔にならないテーブルの高さが必要、または肘と同じくらいの高さが必要であること(肘が邪魔になると疲れてしまいます。手が届く範囲が狭くなってしまいます)、③テーブルと身体の距離が近いこと(こぶし1つ分くらいです)、が条件となります。

#### 【3. 「傾かない」(K)】

身体が傾いてしまうと、疲れてしまい食べられる状態にはなりません。30分位は傾かないで座っていられることが大切です。

「傾かない」ためには、①膝が90度曲がるくらいにすること(椅子の奥に腰がおさまるようにします。座った状態で膝が上がりすぎるとお腹が圧迫されてしまいます)、②足の底全面が床についていること、が条件となります。

#### 【4. 「放っておかない」(H)】

以上の【1】～【3】のポイントを見て、何かに気づいたら「放っておかない」ことが重要です。クッションを差し込んだり、椅子を変えたりするなどの工夫をしたり、専門職に相談する(繋げる)事が必要です。

この食事の姿勢における MTK&H を守っていれば「食べれる」は作れるのです。

**「食べれるは作れる!!!」**

「見る!!!」 **M**

「手が届く!!!」 **T**

「傾かない!!!」 **K**

➡「放っておかない!!!」 **H**