

食支援つうしん

—新宿食支援研究会通信—

第4号 2015.4.1 発行

私は食べるのが大好きで、美味しいものを食べていると幸せを感じます。特別なこととは思っていませんでしたが、今の介護に携わる仕事をしていると、いろいろな障害により、食べること自体簡単にできない方が多くいるのだと実感しています。そんな経験から、少しでも私自身が知識を増やし、できることをしてあげられればと思い、食支援研究会に参加しています。これまで勉強会で学んだ知識や、懇親会を通して知り合った人脈を大いに活用させてもらい、これからも、少しでも困っている人の役に立ちたいと思っています。



私は現在デイサービスで働いておりますが、そこでは利用者と一緒に食事作りをしています。調理の際には、ご利用者が食べられやすいように切ったり、軟らかく煮こんだりするなど工夫を凝らし、作ったものをご利用者と一緒においしく食べております。ご利用者の半数以上は、普段、食事を一人で食べており、そのような方々がデイサービスでは、楽しくお話をしながらみんなでテーブルを囲んで食べていて、本当に美味しさが増してくるようになって感じています。食支援は、いろいろなところからかわれることだと思っていますので、今後も微力ながら、自分にできる食支援を続けていきたいと思っています。(介護職 佐藤 修)

食事をするための姿勢

第1回 食事の基本姿勢

食事とは、生命維持の為に必要な栄養素を摂る行為ですが、実際にはそればかりではなく「味わって楽しむ」という人間らしい面も含まれています。この人間らしい「食事」を遂行するためには、嚥下機能の他に様々な感覚（味覚・嗅覚・視覚・触覚・聴覚など）や手の機能、記憶、姿勢、食形態、環境などあらゆる状態を考える必要があります。それゆえ、多職種の間わりと連携が必要不可欠であるなど日々感じています。このトピックでは、様々な方が「食事を味わって楽しむ」ことができるよう、まずは「食事をするために望ましい基本の姿勢」について考えていきます。

「食事」という行為（活動）を行うためには、安楽な姿勢とは異なる、活動に適した姿勢をとる必要があります。一般的



には①骨盤・体幹がやや前傾にあること、②重心が垂直か前方にあること、③足底が床に全面接地していること、④顎を軽く引くこと、⑤食事（食物）全体を余裕もって（安定した環境で）眺められる状態にあること、⑥左右がほぼ対称的な姿勢であることが理想とされています。しかし、高齢者や様々な病気を患った方は、この姿勢の形成や保持ができなくなり、その結果「食事」という行為が難しくなってくるのです。

(理学療法士 河野 悦子)

在宅訪問栄養指導とは

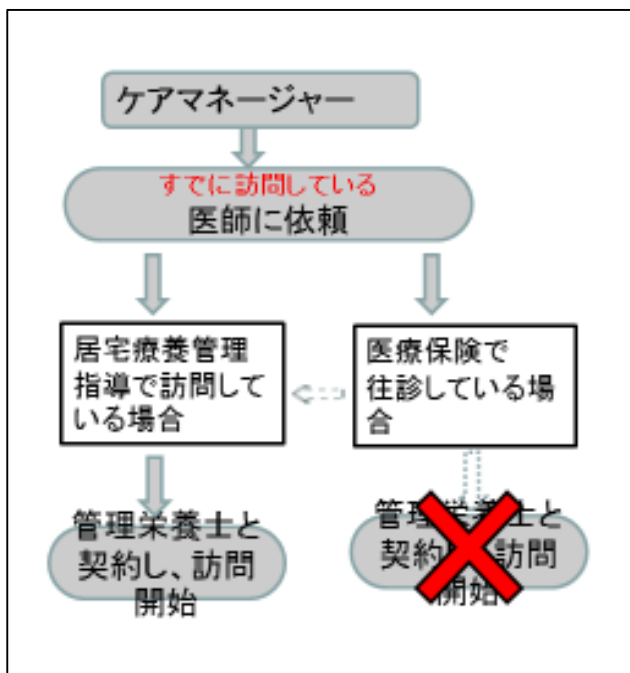
管理栄養士 安田 淑子

通院が困難な方の自宅を管理栄養士が定期的に訪問。栄養状態のチェック、認知機能、摂食嚥下機能に合った食形態の提案と調理方法のアドバイス、安全、安心して食べられるように、介助方法や姿勢など食環境の整備をします。

★在宅療養管理指導のしくみ

管理栄養士の訪問は、介護保険サービスの在宅療養管理指導に位置づけされます。対象者は、食欲不振や摂食嚥下障害等で低栄養の方、糖尿病、腎臓病など食事療養が必要な方。本人、ご家族はもちろん、ホームヘルパー等へのアドバイスも可能です。主治医の指示の下、介護保険の在宅療養管理指導として、月に2回まで訪問可能。

管理栄養士による在宅療養管理指導は、主治医も介護保険で訪問していることが前提です。その主治医の医療機関と管理栄養士は雇用契約を結び、医療機関から介護保険の実績報告をします。そのため、主治医が介護保険での訪問をしていない場合、管理栄養士の訪問は難しくなります。



- ・ 介護保険の在宅療養管理指導として訪問
- ・ 訪問する管理栄養士は、在宅療養管理指導で訪問している医師の指示とその医療機関との雇用契約が必要
- ・ 月2回までは介護保険での訪問
1回あたり5330点 自己負担金533円
- ・ 利用限度額の枠外サービス



★在宅訪問栄養指導の流れ

食支援が必要な方を見つけたケアマネ、訪問看護師、歯科医師、主治医等からの依頼により、自宅を訪問。以下の流れで介入計画を作成します。

1. 栄養スクリーニング

体重の変動率、血清アルブミン値、食事摂取状況等から栄養状態を把握

2. 栄養アセスメント

スクリーニングの結果から、今後の在宅生活におけるリスクを評価

3. 栄養ケア計画

栄養状態、リスクの程度、ご本人の希望、介護力等を総合し、具体的支援計画を作成
“具体的な支援計画と対応例”

<1日摂取栄養量 1200 kcalを目標とし、体力アップする>

⇒朝・夕胃瘻栄養剤 800 kcal + (昼)お粥、卵料理、冷凍嚥下調整食、ヨーグルト+間食を提案

⇒昼食時に同席し、食品の組み合わせ、量、食べかた等を観察

⇒ヘルパー、デイサービス、配食弁当等のHUBとなり、情報共有する

★“口から食べる喜びいつまでも”そのためのお手伝いをします。

「在宅訪問管理栄養士」は、ご利用者さまや家族の思いに寄り添い、最期まで安心・安全に楽しく口から食べられるように支援する栄養士です。