

続・美味しくご飯を食べよう

○大滝麻衣¹,伊藤博基¹

(¹介護老人保健施設 シルバーピア加賀)

【はじめに】

一昨年私達のフロアでは、ムセ込みが見られるご利用者様に対して、どのようにすればムセ込みなく美味しくご飯を食べて頂けるのかを研究した。嚥下体操を取り入れたが短い研究期間の為、あまり効果が見られなかった。続けることで、より効果が現れるのではないかと考え、研究期間終了後もDVDによる嚥下体操を昼食前に毎日取り入れ習慣化し、継続的に行ってきた。

今回の研究では、新たに個別体操・アイスマッサージ・毎食後口腔ケアを取り入れることによって、嚥下状態の維持及び向上を目指すと共に、口腔内の衛生についても視野に入れムセの軽減を図ることにした。口腔内が清潔になり、しっかりと咀嚼し、スムーズに嚥下することが、美味しくご飯を食べることに繋がるのではないかと、更に、以前から外泊中のムセ込みが気になると話されていたご家族様にもご協力頂くことによって、ご利用者様・ご家族様・職員、三者間のコミュニケーションツールとしての機能を果たしより良いケアに繋がるのではないかと考えた。

【研究方法】

研究期間の前後で唾のみテスト・ガムによる咀嚼力チェック・ST評価・歯科受診を行い、ムセ込みの目立つ4名の利用者様を対象に行った。

平成26年7月2日～平成26年9月30日を研究期間とし、朝食後に口腔ケアを行い残渣の確認を行う。昼食前は嚥下体操を行った後、アイスマッサージ、舌の運動を行い、食後、残渣の確認。夕食時は、食後に口腔ケアを行い残渣の確認をする。それぞれチェック表を作成し食残・ムセ込み・コメントを記入していく。

【結果】

4名の利用者様共に食残とムセの回数が減少した。唾のみテストでは大きな変化は無く、難しいとのコメントもあり、指示が理解できない方がいた。咀嚼力チェックでは2名の方に変化有り、咀嚼力の向上がみられた。嚥下体操に消極的でテレビから離れた場所で行っていた利用者様は毎日声かけすることで、研究後半は自らテレビの前に座る姿がみられ、積極的に行うようになった。日々関わり、習慣化が徹底されたことによって、ムセ込みの軽減だけでなくご利用者様の積極性を引き出すことができ、生活の活性化になったと考える。

毎週外泊されるご利用者様については、ご家族様と情報共有し共同で、美味しく食事をしていただく為にムセの軽減を目指したことで、ご家族様・職員間の会話が増え、外泊時「ムセ込みが減った」「はりきってやっている」との報告をいただいた。コミュニケーションツールとしての役割も果たすことが出来たと考えられる。歯科より口腔内の汚染は改善され、ST評価でも嚥下の向上がみられた。