2007年1月1日（毎月1回1日）発行　通巻921号・昭和47年6月15日　第3種郵便物認可　ISSN 0288-5093

明日の医療を考える

月刊保団連

1
2007 No. 921

全国保険医団体連合会

「食」を楽しむ—現代“医食同源”考　特集

【論考】

なぜ、スウェーデンは少子国家にならなかったのか

児童生徒のぜん息被患率と大気汚染の相関

美味しく食べる・食べられる(1)

喫食障害の改善に向けて・口腔ケアの視点から

●名古屋市　鈴木歯科医院

鈴木　俊夫　すずき　としお

愛知学院大学歯学部卒。歯学博士。愛知学院大学非常勤講師。日本口腔ケア学会理事長。日本有病者歯科医療学会理事。日本老年歯科医学会理事。日本プライマリケア学会評議員など

●喫食とは、『楽しく、語らいながら、やさしい雰囲気の中で、美味しく食べること』と考えられ、それを妨げられることが喫食障害だと考えられる。口腔ケアを通して、口腔内を清潔に保ち、口腔内に発生しているトラブルを早期発見して、喫食障害を未然に防ぎ、『美味しく食べられるようにすること』が、歯科医療の基本でもあり、その成否は管理栄養士はじめ多職種連携である。なかでも、管理栄養士からの情報提供とその活躍に期待したい。

はじめに

生きて行くことに精一杯な時代から、生活が豊かな社会へと変貌し、飽食の時代を迎えています。それとともに、生活や人生を豊かに過ごしたいと思う要望が強くなっています。なかでも「食」に関する思いは強く、世界各地の料理、各地の名品や創作料理、また料理の極意・秘伝などが目白押しとなっています。

時を同じくして、韓国ドラマ『宮廷女官・チャングムの誓い』が人気を呼んでいますが、それは物語の面白さに加えて、失われつつある心が、料理を通して映し出されているからではないでしょうか。

美味しく食べるという観点から見ると、ドラマの中では『楽しく食べてこそ、身体にやさしい料理』と語られています。どんなに『美味しい料理』を作っても、それを食べる人の噛む歯が悪かったり、その人の心身に様々なストレスがかかっていては、とても『美味しく食べる』ことはできません。

そこで今回、美味しく食べること（喫食）ができるように、口腔（口腔ケア）に視点を当てて述べてみます。

喫食障害を改善しなくては

喫食とは、『楽しく、語らいながら、やさしい雰囲気の中で、美味しく食べること』と、考えられ、それらが妨げられることが喫食障害だと考えられます。

では、その喫食障害の要因についてどのようなことがあるか挙げてみますと、

1、歯科口腔の要因……歯痛、義歯不適合や破損、口腔乾燥など

2、身体的要因……脳梗塞やパーキンソン病などの疾患や後遺症など
3、心の要因……様々なストレスなど
4、喫食環境……孤独、冷たく暗い雰囲気、騒音、においなど
5、喫食状況……言葉かけ、時間など
6、献立など……冷えた食事、嫌いな食べ物、見た目の悪い調理など

食事を栄養として身体に受け入れるには、医療関係者もさることながら、管理栄養士や厨房関係者の力も大きく左右します。関係職種が連携を図り、喫食障害の予防や改善をしていきたいものです。

腕のよい一流調理人（料理の鉄人）でも、一人ではどうしようもないと思います。

口腔ケアをして喫食を促す

口腔ケアとは、“口腔の疾病予防、健康保持・増進、リハビリテーションによりQOLの向上を目指した科学であり、技術である”とし、現在ではほぼ普遍化してきました。

広義では、保健所などで実施されているフッ素塗布や介護予防教室などでの指導から、意識障害、血液疾患のケアの一部として、さらには言語訓練や摂食・嚥下障害のリハビリテーションまで、狭義では、歯磨きや清拭などセルフケアが必要な人への援助をさしています。

口腔ケアを通して口腔内を清潔に保ち、口腔内に発生しているトラブルを早期発見して、喫食障害を未然に防ぎ、歯科治療を実施して障害を解決していくことが、美味しく食べら

食べるときは手づかみ

れる大きな要素となります。

歯科医療では、う歯や歯周疾患の治療・義歯の作成などは目的手段の一部であり、基本は『美味しく食べられるようにすること』だと思っています。

管理栄養士に大きな期待

管理栄養士の役割として、献立・発注・検収・栄養ケア計画策定などの業務の他、喫食環境の整備、喫食風景の観察、喫食量の把握、そして歯科関係者との連携などがあります。

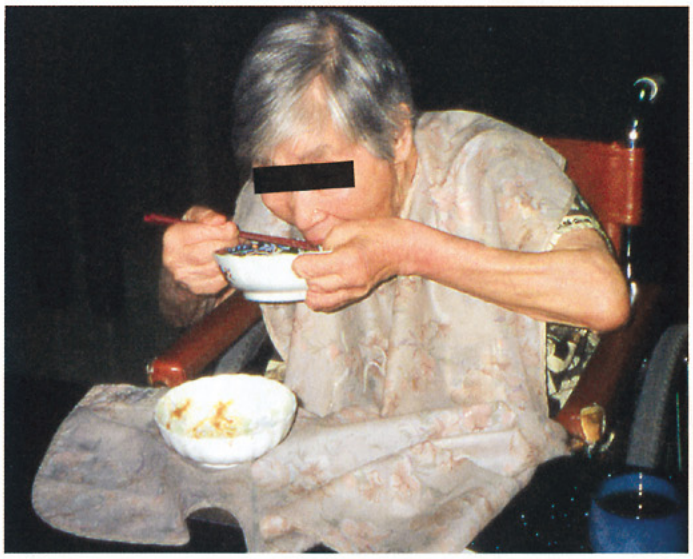
現在、筆者と関連のある病院や施設では、歯科治療の前準備、歯科検診、歯科治療、口腔ケア時に協力していただき、喫食状況や喫食量、喫食障害の有無など常に生きた情報を提供していただいています。他方、栄養アセスメント・モニタリング、栄養ケア計画策定に際しては歯科医師や歯科衛生士がお手伝いしています。

おわりに

喫食障害を取り除き、美味しく食べていただくようにするには、患者（入所者など）に栄養ケアと口腔ケアを実施し、関係職種が歯科関係者と連携を図ることが不可欠となります。

さらには、管理栄養士が栄養指示書の発行などができるような権能を得て、関係者との生きた情報交換や連携を強めることによって、喫食障害を改善し、体力の回復、褥瘡や誤嚥性肺炎の予防、爽快感の付与、生活リズムの確保などに大きく貢献していくことになると確信しています。

※ 日本口腔ケア学会では認定制度を実施しています。詳細は日本口腔ケア学会事務局まで。office@oralcare-jp.org 052-763-7844



食べるときは必死