

臨床ナースの看護をサポートする専門誌

2007 Vol.53 No.2 通巻774号

February

看護技術

THE JAPANESE JOURNAL OF NURSING ARTS

2

焦点

転倒・転落を防止しよう!

- ◆ 転倒・転落はどうして起こる?
- ◆ チェックシートを用いた転倒・転落予防
- ◆ 転倒を予測するためのアセスメントツール
- ◆ 認知症高齢者の転倒・転落リスクへの介入
- ◆ 転倒・転落リスクを取り除くには
- ◆ 栄養面からみた転倒予防
- ◆ 実践! 転倒・転落KYT
- ◆ [コラム] 転倒・転落を起こしやすい薬物
- ◆ [コラム] 転倒予防の介入効果とヒッププロテクターの有効性

ナースング・フロンティア

「美味しく食べる」ことは
生きること—食へのアプローチ

救急看護のABC

根拠に基づくBLSスキル

wound・マネジメント講座

傷の治り方(その1)—wound・ベッド・プリパレーションとは何か—

すぐ実践! 看護技術スキルアップ

感染管理②(衛生用品の扱い方)

“美味しく食べる”ことは 生きること—食へのアプローチ



「野外でのひととき」

写真家・^{なべじん いち}田邊順一

この日、特別養護老人ホームに暮らすI子さんにとっては久しぶりのアウトドアでの昼食だった。それも娘持参の煮物を向かい合って食べたその味は格別のものだった。「また寿命が延びた気がしますよ……」と微笑んだ。

美味しく食べたい —口腔ケアの視点から喫食障害の改善を目指す

すずきとしお
鈴木俊夫

鈴木歯科医院・院長、日本口腔ケア学会・理事長

生活が豊かになり、平均寿命が延びたことで、生きていくことに精一杯な時代から成熟した社会へと変貌し、今や飽食の時を迎えている。さらに、人生を豊かに過ごしたいという志向は強くなり、旅（お忍び）、温泉（隠れた名泉）、食（名産・地元料理・創作料理、料理の極意・秘伝）に関することが頻繁に話題にのぼる。事実、情報誌などでも「美味しく食べたい」という気持ちを象徴するように、旅とグルメに関する内容があふれている。

こうしたなかで、最近では韓国ドラマ「チャングムの誓い」が人気をよんだ。物語の内容に加えて、失われつつある人の心が料理をとおして映し出されていることが、その理由であるように思われる。また、「美味しく食べる」という観点からこれを見ると、「食事」とは「楽しく食

べてこそ、身体に優しい」ことがわかる（図1）。つまり、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たりしては、とても美味しく食べることはできないのである。

そこで、本稿では美味しく食べる（喫食）ができるように、口腔（口腔ケア）に視点を当てて述べる。

「摂食」と「喫食」

喫食とは、「楽しく語らいながら、優しい雰囲気の中で美味しく食べること」と考えられ、喫食障害とはその喫食が妨げられることをいう。

筆者の経験では、「摂食」は歯科教育の過程で習うが、「喫食」という言葉は出てきていないように思う。たぶん、それは看護教育でも同じではないだろうか。しかし、この「喫食」は、栄養士教育で必ず学習することであり、学校・産業・給食・行政においては、日常的に使用

されている言葉である。

1人の患者の「食べる」という行為を診るに際し、関係職種間で使用する言葉が異なり、その示す言葉の意味も微妙に異なっていることは、十分な連携を図ることは難しい。

そこで筆者は、おおまかに「摂食」は「生きて行くために食べること」「生命維持のために食べること」、「喫食」は前述したように「美味しく食べる」として分けて考えている。

この意味からして、喫食障害となる要因には、心のストレスや歯痛、嚥下障害などが関係していることがはっきりとわかる。そのため、医師、歯科医師、看護師、管理栄養士など医療に携わる関係職種は、それぞれが連携を図り、障害の発生予防や改善をしていかななくてはならない。

喫食障害を起こす要因は

喫食障害を引き起こす要因についてあげると、表1のようになる。食



図1 楽しく食べる料理の一例「シャチボン」

表1 喫食障害を起こす要因

- 歯科口腔の要因 ……歯痛、動揺の著しい歯、義歯の不適合や破損、口腔乾燥など
- 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、認知症など
- 心の要因 ……うつ病、家族関係の不和、不幸といった様々なストレスなど
- 喫食環境 ……孤独、冷たく暗い雰囲気、騒音、においなど
- 喫食状況 ……言葉かけ、食事時間、喫食量など
- 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

事を栄養として身体に受け入れるには、管理栄養士や医療従事者以外に、厨房関係者の仕事も大きく影響を及ぼすことがわかる。いくら素晴らしい食材を使ったとしても、すごい腕の立つ一流調理人（料理の鉄人）が作ったものであったとしても、その1人だけでは身動きがとれず、それぞれの立場からの協力と連携が必要となる。

ちなみに、管理栄養士は栄養ケア計画を策定するときにアセスメントやモニタリングを実施しているので、そのほかの医療従事者は、ケアカンファレンスなどの際に、喫食障害を起こす要因をその情報から把握し、喫食が円滑に行われるよう努めてほしい。多くの病院ではNSTが活動していると思われるので、今後の喫食障害の改善に期待している。

口腔ケアとは

山中¹⁾は口腔ケアを「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、現在医療現場において、この定義がほぼ普遍化している。

広義には、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に始まり、意識障害や血液疾患のケアの一部、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が含まれる。また、狭義には、歯磨きや清拭といったセルフケアが必要な人への援助を指す。意義と役割としては、第1に「美味しく食べられること」、次に誤嚥性肺炎の予防や爽快感の付与、口臭の除去などがある。

対象者には、血液疾患患者、化学

表2 口腔の加齢変化

- 歯 牙…擦り減る、短くなる、黄色くなる、ヒビが入る、脆弱になる
- 顎 骨…全体的に細く小さくなる
- 歯 肉…萎縮するため、相対的に歯冠部が長くなるように見える
- 顎関節…平坦化し、脱臼を起こしやすくなる
- 唾液腺…萎縮し、口腔が乾燥し、味覚障害・嚥下障害を起こす
- 歯 肉…薄くなり、弾力がなくなる
- 義歯を使用している場合は挫滅創が発生しやすい
- 下顎や舌の不随意運動…義歯が不安定になる
- その他
 - ・ 歯科治療した部分の破損・脱離・不適合
 - ・ 不適切な義歯の安定剤・接着剤・洗浄剤の使用

表3 口腔ケアのアセスメント項目

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ● 歯牙の状態と部位…かめる歯があるか ● 疼痛の有無 ● 歯牙の動揺の有無…かめない歯があるか ● 出血の有無 ● う歯や治療してある歯の鋭縁（とがった部分）の有無 ● 口臭の有無 ● 口腔粘膜の病変や異常の有無 ● 角化・潰瘍・腫脹・出血・カンジダ・舌苔など | <ul style="list-style-type: none"> ● 口腔内の保清の状況 ● 口腔内の乾燥状態 ● 言語障害の有無 ● 摂食・嚥下障害の有無 ● 喫食障害の有無 ● 義歯の有無と大きさや形状 ● 義歯の安定剤・接着剤・洗浄剤の使用状況 |
|--|--|

療法や放射線療法を受けている患者、移植を受ける患者が該当するが、障害者や寝たきりの高齢者などセルフケアが十分にできない人も含まれるため、多岐に及んでいる。また、口腔ケアに携わる職種も多く、医師、歯科医師、看護師、歯科衛生士、介護福祉士、ボランティアなど幅広い。

さらに、口腔ケアの成否は食物摂取や気道の確保といった生命に直接関係する事柄を左右するだけでなく、対象者との会話やその顔貌にかかる審美的問題などにまで大きく影響を及ぼすことがある。

口腔の加齢変化

口腔にも加齢や障害に伴って次第に変化が生じてくる。各部位に生じ

る変化（表2）が相まって、複雑な様相を呈する。そのため、美味しく食べるには、う歯や歯周疾患とともに、このような加齢変化が起きてくることをわれわれは忘れてはいけない。

加齢変化に認知症や脳梗塞、パーキンソン病などの疾患やその後遺症などが重なることでセルフケアが困難となり、美味しく食べることはいっそう難しくなる。

口腔ケアに必要なアセスメント

看護ケアを実践する前に、口腔のアセスメントを行う必要がある（表3）。これらの項目はすべて、美味しく食べるには不可欠な要素であ

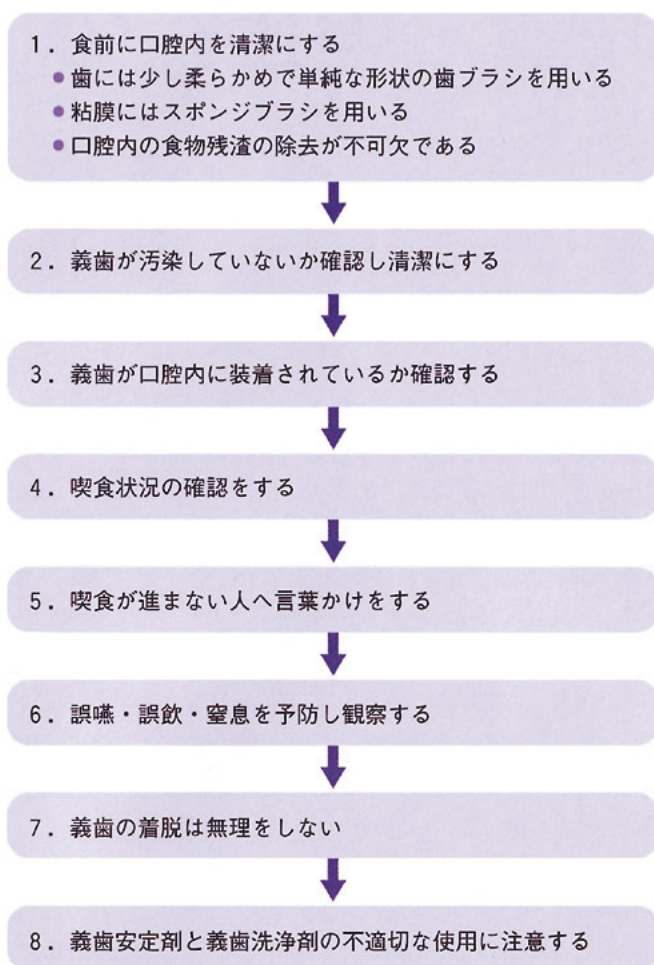


図2 口腔ケアの手順

（入所者など）に対する口腔ケアの実施や嚥食状況の把握、さらには問題が生じることのないように歯科関係者と連携を図ることが不可欠である。

看護師・管理栄養士・歯科医師が積極的に連携を図ることは、患者の体力回復、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することになると確信している。

口腔ケアのコツは「嚥食状況を観察すること」ではないだろうか。いま一度、口腔ケアとは何か、考えてほしい。

※日本口腔ケア学会では、認定制度を実施しています。
詳細は学会事務局まで。
TEL) 052-763-7844
URL) <http://www.oralcare-jp.org/reco/index.html>

る。

看護師が患者に対して「今日は、どのくらい食べられましたか」「何割くらい?」と聞いている声を耳にすることがある。食べた量は気にするが、実際のところ、美味しく食べられたかどうかは気にしないのではないだろうかと思う。その一方で管理栄養士は、「美味しく召し上がれましたか」と言葉かけをしていると聞く。また、食事を残している人に対しては、体調が悪いのか、味付けが合わないのか、食べにくいのかなど、患者の食べられなかった理由にも目

を向けるとのことである。

だれにでもできる 口腔ケアの手順

ここで、だれにでもできる口腔ケアの具体的手順を述べる（図2）。

口腔内の状態や嚥食状況を歯科医師に伝え連携を図ることが、口腔ケアの大きなポイントであり、ひいては美味しく食べることにつながるのである。

嚥食障害を取り除き、美味しく食べていただくようにするには、患者

引用・参考文献

- 1) 山中克巳：総論 I 口腔ケアの定義，鈴木俊夫監，口腔ケア実践マニュアル，日総研，1994，p.13.