

'19. November 4

お口の健幸講座2019
In 多摩市

What's Oral Care

参考資料1-2

食べること 生きること

～最期まで口から食べられる街づくり～



ふれあい歯科ごとう

新宿食支援研究会

代表 五島 朋幸

1 イントロダクション

- 往診と訪問診療
- 訪問歯科診療





訪問歯科から見たこと

食べるために義歯を入れよう

口腔ケアで誤嚥性肺炎予防

口腔ケアは
摂食嚥下障害の間接訓練

食べるための機能訓練

食べることを多職種で支える

食べることを地域で支える

訪問歯科診療の役割と実際

- 口腔環境を整え
- 口腔機能を維持向上させること
- 食べる機能を支える



2 口の機能と食べること

食べる

咀嚼機能
嚥下機能
味覚



息をする

呼吸機能

しゃべる

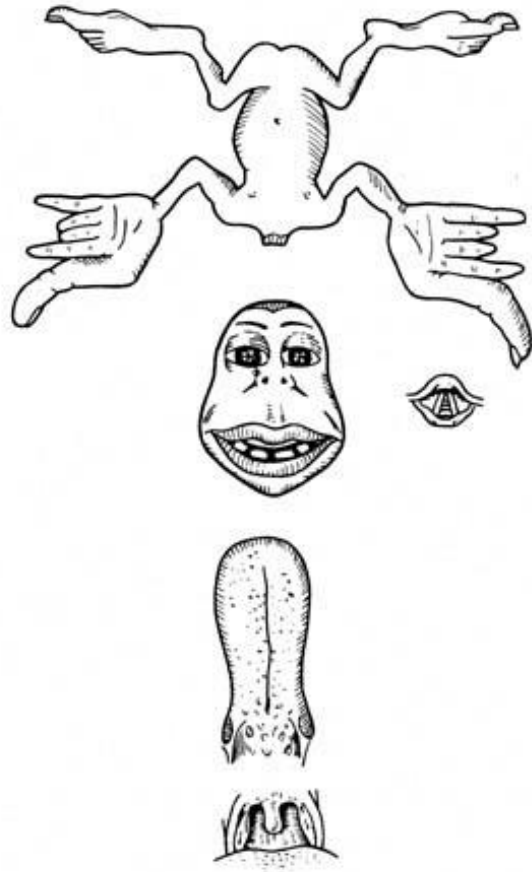
コミュニケーション

人間にとって不可欠な機能

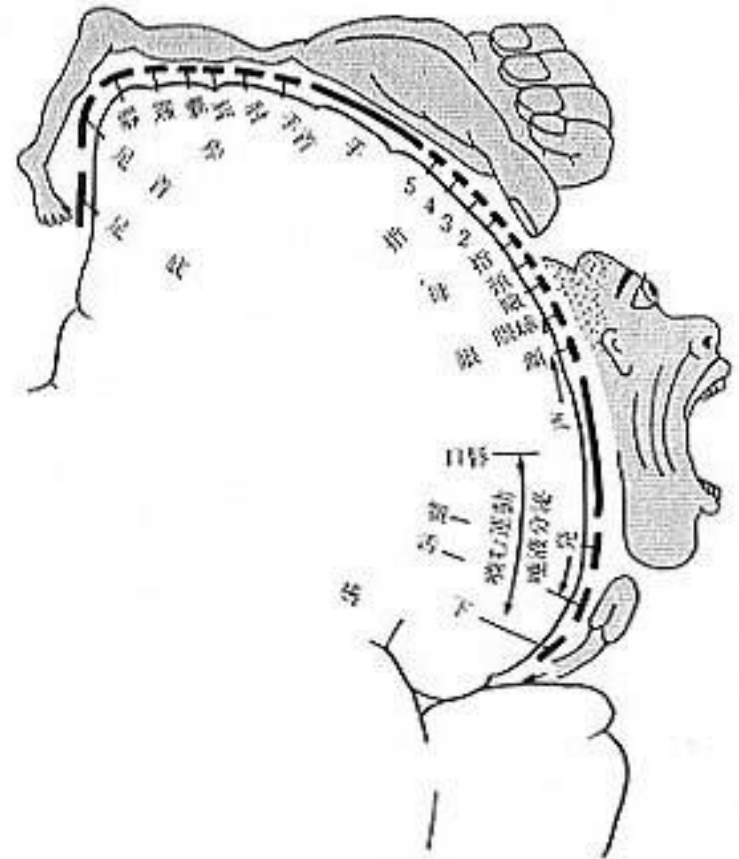
||

脳機能の活用

大脳皮質運動野相当領域の面積比

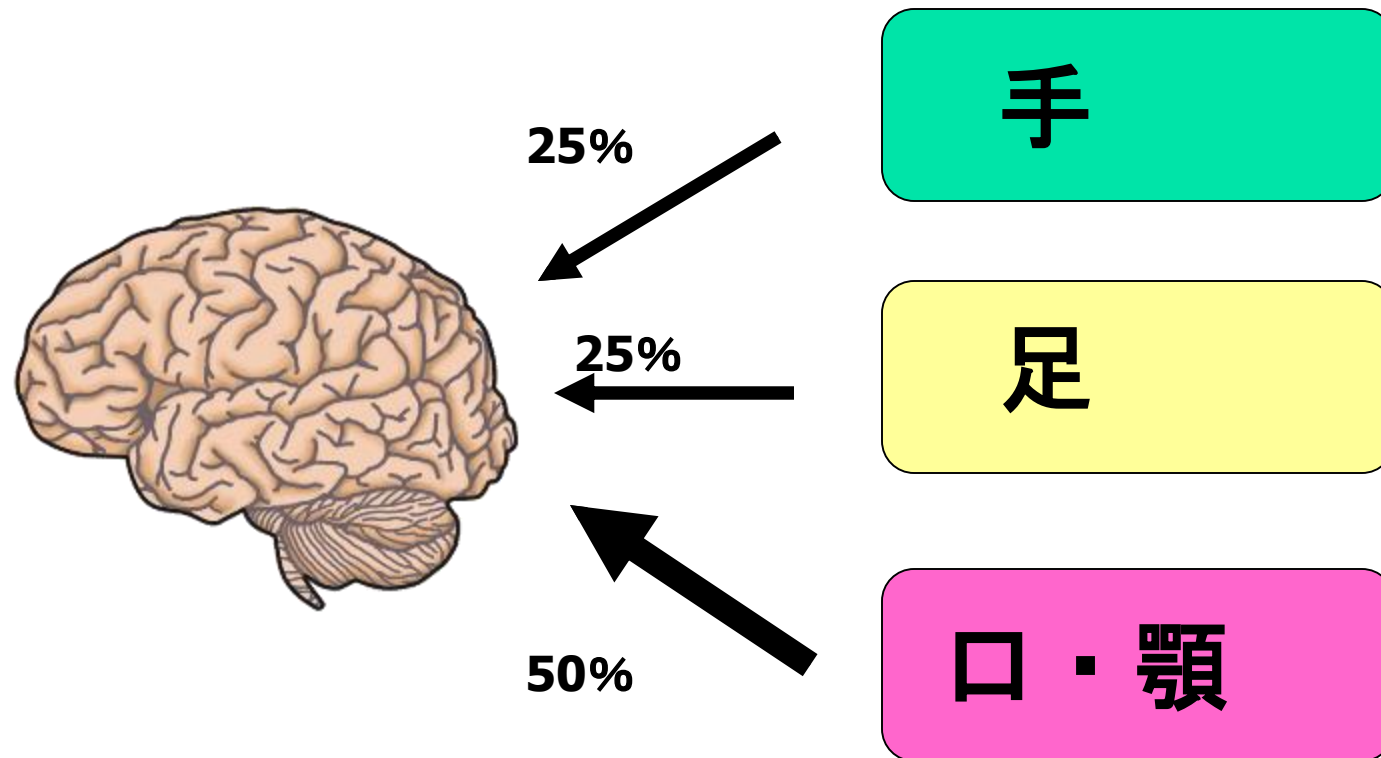


Penfield and Boldrey, 1937より改変



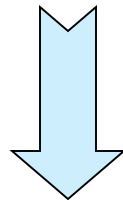
Rasmussen and Penfield, 1947より改変

触感の脳への情報伝達量

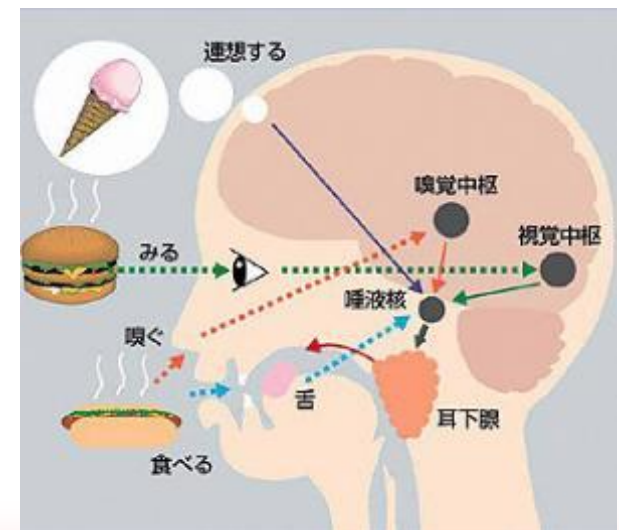


食べることの意味

**60数種類の筋群と10数種類の神経群との
コラボレーション**



**コミュニケーションツール
楽しみ、幸福感
全身抵抗力（免疫力）**



口から食べる効果

- 経口投与したときと点滴、あるいは中心静脈から完全静脈栄養として与えた場合の効果は、経口投与のほうが栄養アセスメント指標の上昇が速く、免疫系の改善もはるかに大きい (Ohni M & Hata Y)
- 長時間にわたる食事刺激の欠如が腸管の免疫防御機能を著しく傷害する (Tanaka S et al)

施設入居高齢者の関心事

	1位	2位	3位
特別養護老人ホーム (n=773)	食事 44.8%	行事参加 28.0%	家族訪問 25.3%
老人保健施設 (n=1324)	食事 48.4%	家族訪問 40.0%	行事参加 35.2%
老人病院 (n=362)	食事 40.0%	家族訪問 39.4%	テレビ 28.3%
療養型病院 (n=50)	食事 55.1%	家族訪問 55.1%	テレビ 30.0%

加藤順吉郎：福祉施設及び老人病院等における住民利用者（入所者・入院患者）の意識実態調査分析結果. 愛知医報1434, 2-14, 1998.

口から食べる



噛んで(準備)

送って(口腔)

飲み込む(嚥下)

咀嚼とは何か？

- 歯（または義歯）
- 噛む力（筋力）
- 食物を認知する能力（口腔認知）
- 頬や舌の働き（動き・力）
- 唾液



食塊形成 = 飲み込める形にすること



嚥下に必要なものは何か？

- 口腔認知
- 嚥下反射
- 嚥下力
- 首を中心とした組織の柔軟性
- 呼吸のコントロール
- 正しい姿勢





3 食支援

- 本人、家族に口から食べたいという希望がある、もしくは身体的に栄養ケアの必要がある人に対し、
- 適切な栄養管理、経口摂取の維持、食を楽しんでもらうことを目的として
- リスクマネジメントの視点を持ち、適切な支援を行うこと

(新食研「そしお」編)

具体的な食支援とは？

1. 全身の管理
2. 栄養管理
3. 口腔環境整備（義歯製作、調整）
4. 口腔ケア
5. 摂食、嚥下リハビリ
6. 食事形態の調整
7. 食事作り
8. 食事姿勢の調整
9. 食事介助
10. 食事環境調整



地域食支援の担い手

	医師	看護師	薬剤師	歯科医師	歯科衛生士	管理栄養士	ST	PT OT	ケアマネ	ヘルパー	福祉用具	配食
全身の管理	■	■	■						■			
栄養管理	■	■	■	■	■	■						
口腔環境整備(義歯製作、調整など)				■	■							
口腔ケア		■		■	■	■				■		
摂食、嚥下リハビリ	■	■		■	■		■					
食事形態の調整				■	■	■	■		■			
食事作り						■			■	■		■
食事姿勢の調整		■		■	■	■	■	■			■	
食事介助						■			■	■		
食事環境調整						■	■	■	■	■	■	

* 赤いものほど関与が深い

新宿食支援研究会（新食研）

2009年7月発会

**最期まで口から食べられる街、
新宿**



新食研のメンバー(23職種160人)

- 医療、介護、メーカー、マスコミ等
- 20歳代～80歳代
- 新宿区民...数名



1. ホームヘルパーWG
2. SSK-O(食形態判別表)の開発
3. 連携創造プロジェクト「コラクリ」
4. デイサービス連携「食べる☆デイ!!」
5. 食姿勢研究会 「SSR」
6. 食姿勢改善チーム「ファンタジスタ」
7. 食支援具開発プロジェクト「コンセプト」
8. 地域栄養士ネットワーク「エイヨ新宿♡」
9. セラピストネットワーク「せらび新宿」
10. 食支援サポーター研修運営WG
11. デザインチーム「SDPs」&「そでふらす」
12. 研究チーム「グルジアの会」
13. 介護食実験ラボ「すなっく＼(^o^)/」

新食研HP



<http://shinnshokukenn.org/>

今、医療の現場で
何が起きているのか!

口から食べさせることを知らない人たちが
食べられる口作りもせずに
客観的な評価という凶器を使って
口から食べさせないようにして
胃ろうを増やしている

胃瘠問題の本論は何か？

胃瘠は単なる栄養摂取手段



胃瘠になる前にやるべきことはやったのか！

胃瘠になってからやれることをやっているのか！

病院、地域の課題！

食支援は誰に対して何をすることか

- 本人、家族に口から食べたいと望みがある、もしくは身体的に栄養管理の必要がある人に対し、
- 適切な栄養管理、経口摂取の維持、食を楽しんでもらうことを目的として
- リスクマネジメントの視点を持ち、適切な支援をすること



対象者



やること

食支援の対象者は何人か？

東京都新宿区の人口 (H31.10現在)

348,275人

老年人口

67,563人

(高齢化率**19.4%**)

摂食嚥下障害の発症率（高齢者）

病院**16.2%**、施設**19.0%**、在宅**16.5%**

新宿区内の摂食嚥下障害高齢者

10,000人以上！

食支援を必要とする高齢者



人数構成
1万人以上

- 見つける人 (M)
- つなぐ人 (T)
- 結果を出す人 (K)



地域で無限に作り出すこと

街づくり！

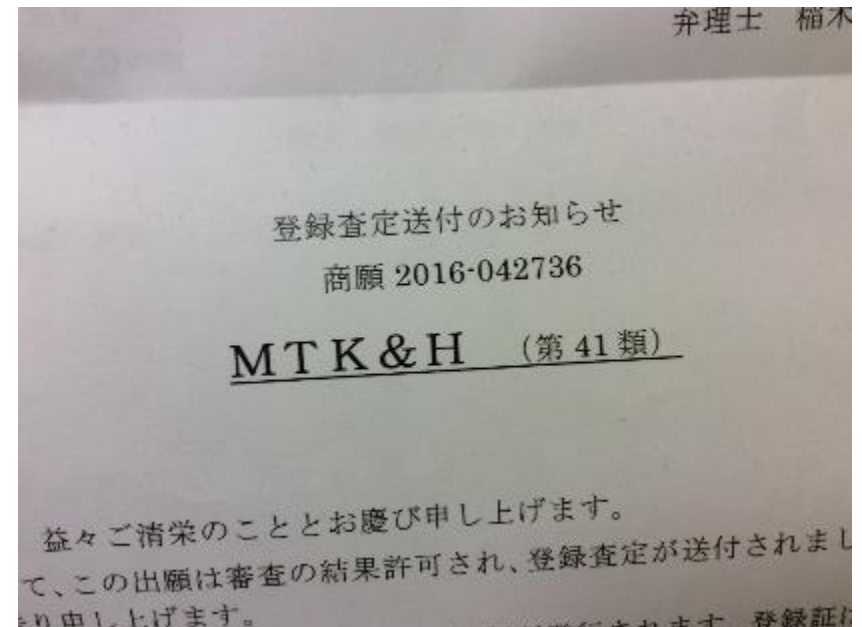
広める(H)

- 食の大切さを社会に広める
- 栄養と食べる機能の知識を社会に広める
- 食支援とは何かを社会に広める

社会教育 (social education)

MTK&H[®]

(見つける、つなぐ、結果を出す、そして広める)



なぜ口から食べられなくなるの？

なぜ栄養状態が悪くなるの？



2大原因

1. 病気(脳卒中、肺炎、神経疾患ほか)などによる機能障害
2. 廃用(はいよう)

高齢者の廃用

疲れるから
外に出たくない



運動していないから
食欲がわかない



栄養が足りないので
歩くのも大変
(筋力低下)



食べないから
栄養状態が悪化



外出できなくなる



寝たきり高齢者



いつまでも
口から食べられるためには
どうすればいいのか？



外食！



ポイントは
外で食べる！



旅行！

タベマチフォーラム
第3回
最期まで口から食べられる街づくり
フォーラム全国大会
～ごちゃませ社会でつくる未来～



最期まで食べることの意味

