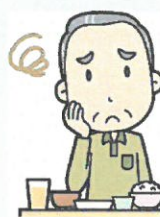


食べられないと諦める前に



高齢化に伴って嚥下機能が低下することはよくあることです。
その結果、胃ろうなどの方法によって栄養をとるかたもいらっしゃいます。
でも、味気ないですね。味覚を楽しむという喜びは少しでも守っていきたいものです。わたしたちきょうと福祉倶楽部ではご家族などとも相談していくつかの方法を試しています。

嚥下機能を確認する

まず、歯科医の方などによる嚥下造影検査をお勧めします。
この検査によって食塊が正常に食道を通過できているのかの評価をしてもらいます。
すると嚥下が難しい方が確認できると同時に、食の形状によっては危険無く飲み込めていたりとその方が残している能力を客観的に評価できます。
その医師の評価に基づいて食べさせ方や調理を工夫します。

食べやすい姿勢がとれているのか

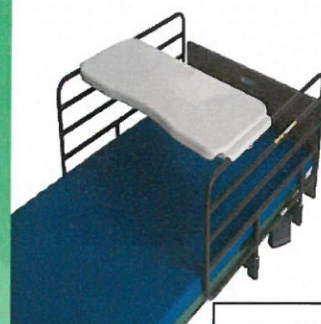
食べさせる時の姿勢保持も工夫が必要です。
ベッドでのギャッジアップでの食事では嚥下が困難になる姿勢もあります。端座位がとれるならば端座位で食事をする。どうしてもベッド上で食事をとらなければならない場合にはベッドの角度や頸部の角度も考慮に入れる必要があります。ですので、端座位がどうすれば安楽に高齢者がとれるのかをまずは検討したいものです。姿勢が保持しやすくなるものとしてレンタルの福祉用具では「リハビリテーブル」があります。
この商品の特徴は端座位をとったとき両腕をテーブルに置くことで姿勢保持が安易にできることです。サイドテーブルではテーブルを体幹の支持の道具としては使えません。オーバーテーブルに至ってはベッドの上でご飯を食べるのでからまったく役には立ちません。そのうえオーバーテーブルはお腹が圧迫されますからますます食事はとりづらくなります。



リハビリテーブル



サイドテーブル



オーバーテーブル

他にもできる工夫がいくつか思い浮かびます。
車椅子で食事を取りやすくなる姿勢を作る道具もあります。
たとえば車椅子のバックレストに取り付けて姿勢を保持する「USAKO」という商品もあります。

食べさせ方を考える

食べる姿勢の次に検討できるのは食べさせ方です。
お食事をするには当然口を開かなければたべられません。そのときに食塊と同時に空気が口の中に入ります。それが食べることの支障になり得るのです。「らくらくゴックン」は口腔内に空気が入らないので食べやすくなるのです。この商品は北九州の大野さんが家族のために開発したものです。いまは新潟の斉藤工業が商品の生産、販売を継承しています。



斉藤工業 HP

嚥下反射を促す

もうひとつ試しているのは嚥下反射を促進する工夫です。
食べ物は嚥下反射と言う機能を使って食道へ送り込まれます。
嚥下反射は食塊が気管へ入らないようにする大変重要な機能です。
嚥下反射は喉の喉頭蓋が下がって気管の入り口に蓋をして食塊が入らないようにします。簡単に口腔内を刺激する食品が開発されています。カプサイシンの特性を利用して口腔内を刺激するのです。
代表的な商品はカプシート（ビーテック株式会社）カプフィルム（山田養蜂場）という商品があります。口腔内で直ぐに溶けるシートを食事前に食べていただくだけです。

