誤嚥の改善・予防について
～食事の楽しみを維持した支援～

18CC08　　澤田　有生

Ⅰ．はじめに

介護実習Ⅲでは、嚥下時にむせ込みが頻回にあるA様を受け持ち利用者とさせていただいた。本人の希望によりきざみ食を摂取されているが、職員間では現在のむせ込みの状態のままでは食事形態を下げることも必要になってしまうという意見も上がっていた。しかし、A 様にとって食事は一番の楽しみであり、これからも楽しんで食事をしていただきたいと思い、食事の楽しみを維持しつつむせ込みを改善する介護計画を実施したため報告する。

Ⅱ．実習先種別・実習期間

介護老人福祉施設

2019 年 6 月 24 日～7 月 22 日（うち 23 日間）

Ⅲ．事例紹介

A 様　70 歳代　女性

1. 家族構成及び生活歴

兄の同級生と結婚していたが離婚している。現在は同じ市内に住んでいるが、連絡は一切取っていない。息子が 2 人いるが、次男との関係があまり良好ではないため、入所に到るまでは長男と 2 人で暮らしていた。定年まで事務員を勤め、定年後もパートとして働いていた。

2. 入所に到った理由

2014 年頃より、身体の動きが悪くなる。

2015 年にはほとんど動けなくなる。自宅では転倒も多く、生活も困難になっていたため、ショートステイを利用していたが、帰宅時の転倒が多くなり、入所に到った。

3. 健康状態

主な疾患はパーキンソン病、腰部脊柱管狭窄症（手術歴あり）、緑内障、白内障、高脂血症、心房細動、骨粗鬆症、認知症である。

4. 日常生活の状況

(1) 移動

車椅子を自走している。パーキンソン病により移動速度がかなり遅い。

(2) 食事

普段はきざみ食であり、おやつのみ常食を食べている。

義歯を使用されながら、毎食全量摂取されている。

たくさん口に含むことを防ぐために小さなスプーンを使用している。

(3) 排泄

尿意、便意あり、トイレに行きたいから車椅子を押してと言われることがある。

トイレは日中、夜間共に共同トイレを使用されている。

5. 性格

自分から人に話しかけることはほとんどないが、話しかけられると笑顔で話される。

6. 1 日の過ごし方

腰部脊柱管狭窄症を患っており、食事と排泄以外臥床されていることが多い。

唾液を飲み込まずに、ティッシュペーパーを口に咥えている。

Ⅳ．介護の実際

1. 課題の発見と分析

A 様は食事の際のむせ込みが頻回にあり、誤嚥性肺炎を発症するリスクが非常に高い。観察から咀嚼回数が非常に少なく、かき込んで食べる様子が見られたことからむせ込みに繋がっているのではないかと考えた。

2. 介護上の課題

むせ込みを極力減らしたいが、A 様は現在の食事をとても楽しんでおられるため、食事形態の変更等は望ましくないと考える。むせ込みを減らしつつ、今までどおり食事を楽しんでいただけるような支援方法を考える必要がある。

3. 介護目標

長期目標：自分らしい生活を安全に送ることが出来る

短期目標：食べやすい環境を整え、食べることに集中していただくことで、むせ込みの回数を減らすことが出来る

Ⅴ．実施及び結果

7 月 6 日からの 6 日間で、通常の提供の仕方と、お皿を小分けにする提供の仕方を 3 日ずつ行い、むせ込みの有無を観察した。回数を若干減らすことに成功したが、器が小さくなったことでかき込みが増加してしまった。すくい易くして、かき込みを無くすために介助皿を使用してみたが、スプーンが小さく介助皿の利点を生かすことが出来ていない様子だった。その為、スプーンの大きさを変更したところ、すくい易くなったことでかき込みがなくなり、むせ込みを減らすことに繋がった。

Ⅵ．考察

今回の支援では食事のむせ込みを改善することに成功した。しかし、汁物・飲み物はトロミ剤を使用して摂取しているが、毎回むせ込みが見られており、今回の介護計画では汁物や飲み物へのアプローチは出来ていない現状である。A 様は、現在後方に頭を反らし、一気に口に含んでしまう傾向にあることから、このことがむせ込みに繋がっているのではないかと考えている。頸部を反らして飲み、むせてしまう方に対する支援として藤谷ら[1)]は、飲料を入れる容器について報告しており、①飲み口の形状の工夫、②吸い口の工夫とストローの活用について触れている。そのため、藤谷らの述べた支援方法を取り入れることで、A 様の汁物や飲み物のむせの改善が期待できると考えられる。

Ⅶ．おわりに

研究を通して、様々な支援方法や成功事例があることを知ることが出来た。自分の中にある知識のみで支援するのではなく、色々な視点からの情報を収集し、多くの知識を用いて支援方法を考えることで、その方にあった個別の支援を導き出すことが出来るということを学んだ。

参考・引用文献

1） 藤谷順子、横塚百合子、英裕雄（2006 年）「誤嚥を防ぐケアとリハビリテーション　食べる楽しみをいつまでも」日本看護協会出版会　p. 105, 106