

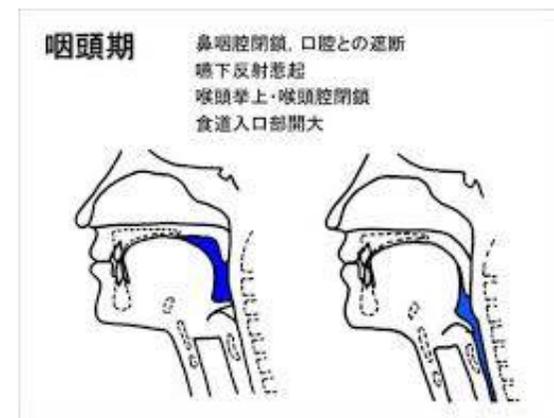
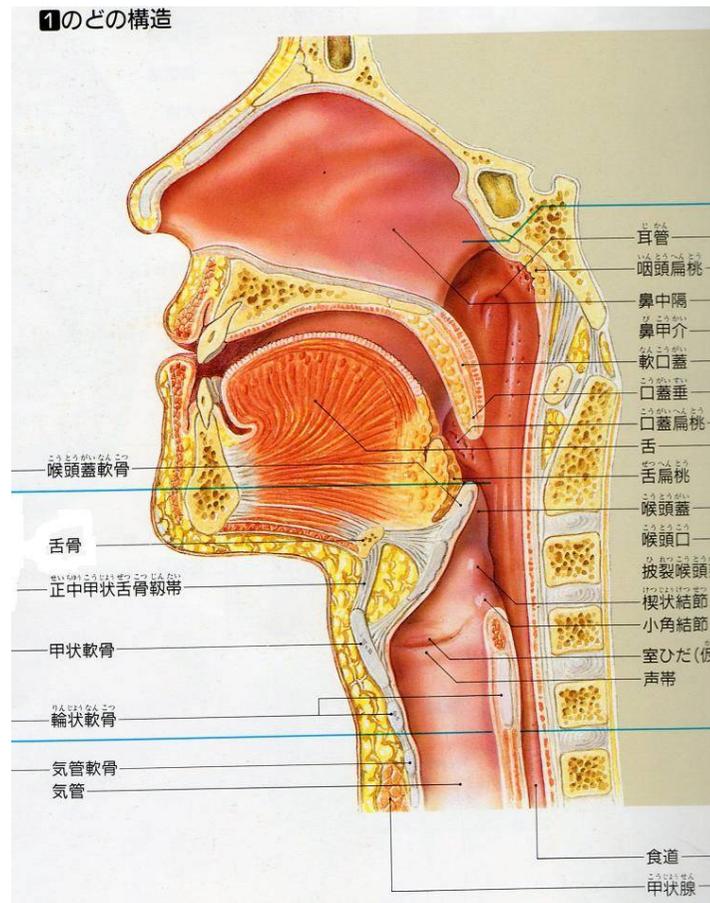
2021年度さくらはうす職員学習会
第3回 食具・食べにくさ

2021年10月18日

生活支援センター

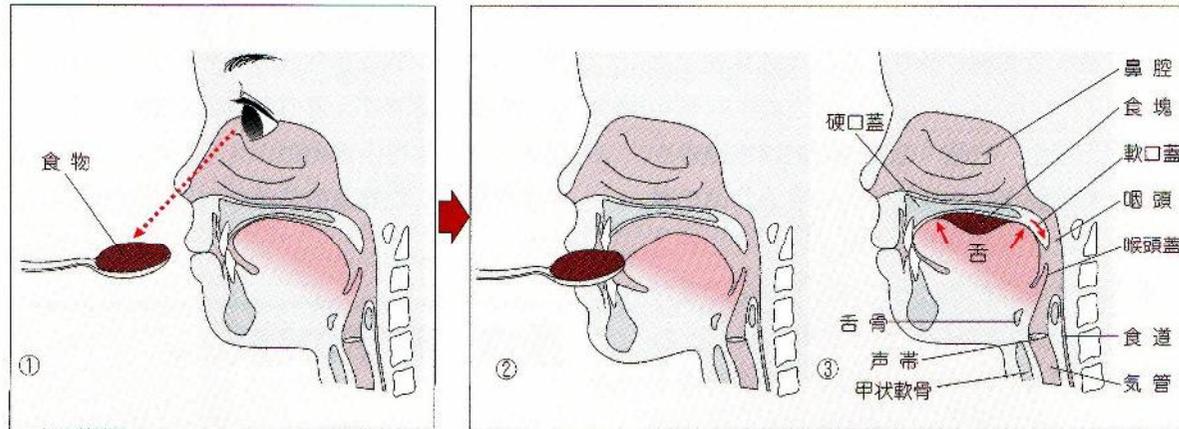
OT加納雪絵

まずは復習から
嚥下（飲み込む）とはどういうことか？



< 摂食の 5 期 >

模式図



1. 先行期 (認知期)

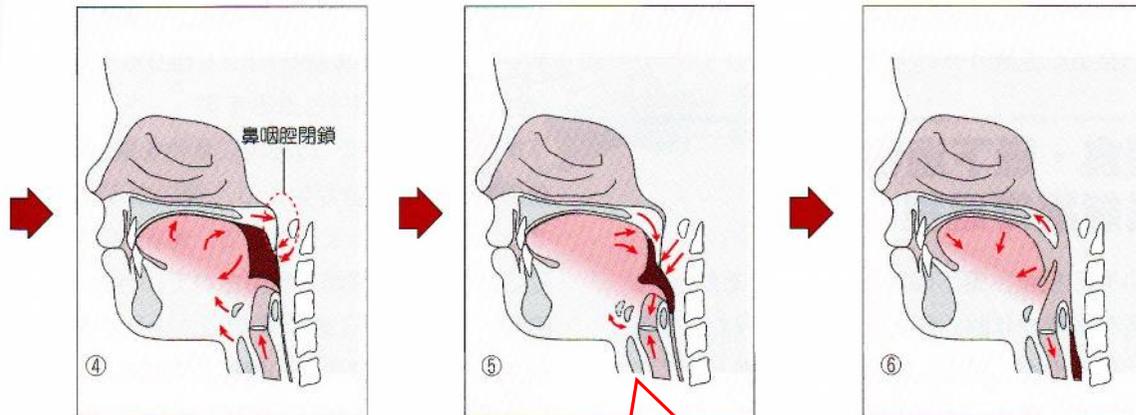
2. 準備期 (咀嚼期)

口腔への取り込み

咀嚼

食べ物を認識する、覚醒状態、食欲など

口の中に取り込んで、噛み砕き、唾液と混ぜ合わせて飲み込みやすい形をつくる。
(咀嚼・食塊形成)



3. 口腔期

4. 咽頭期

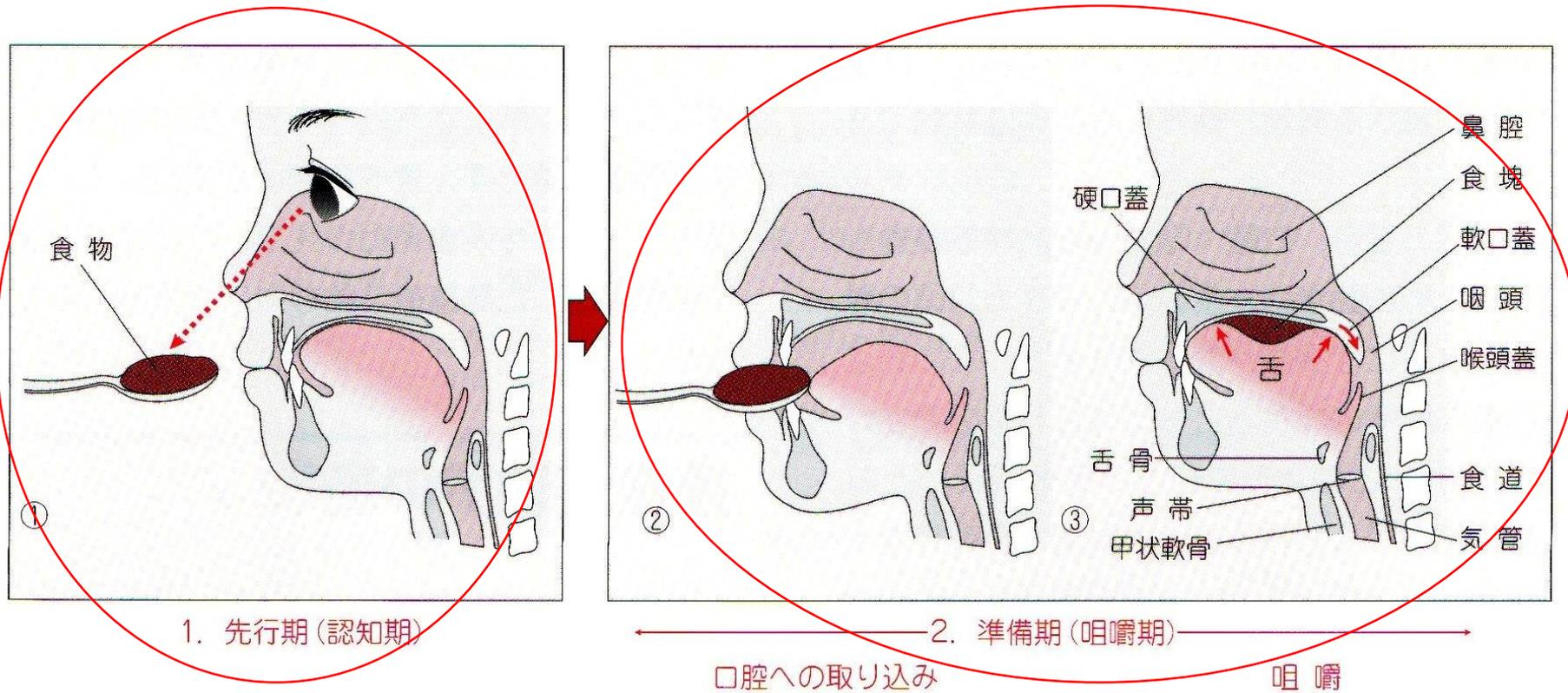
5. 食道期

食塊を喉の奥に運ぶ

嚥下「ごっくん」

胃に食べ物を運ぶ

食具：準備期・認知期



食具について考えたことがありますか？

- はし
- スプーン
- フォーク

スプーンをどのように選びますか？
特定のスプーンを使っている場合その理由は？

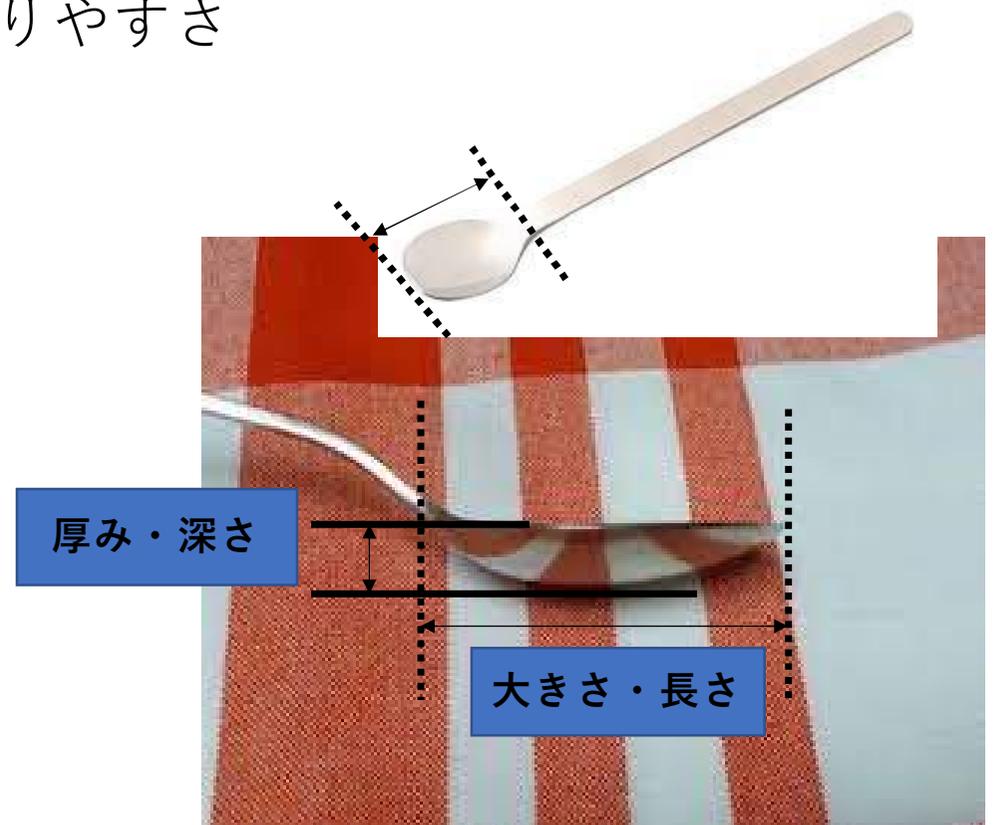


スプーンを選択する際のポイント！

- 自力摂取の場合、持ちやすさ、握りやすさ
 - ・柄

- スプーンの前、ボール部分
 - ・大きさ、長さ
 - ・厚み、深さ

- 素材
 - ステンレス、シリコン、木製
 - プラスチック



ポイントは口唇の機能！



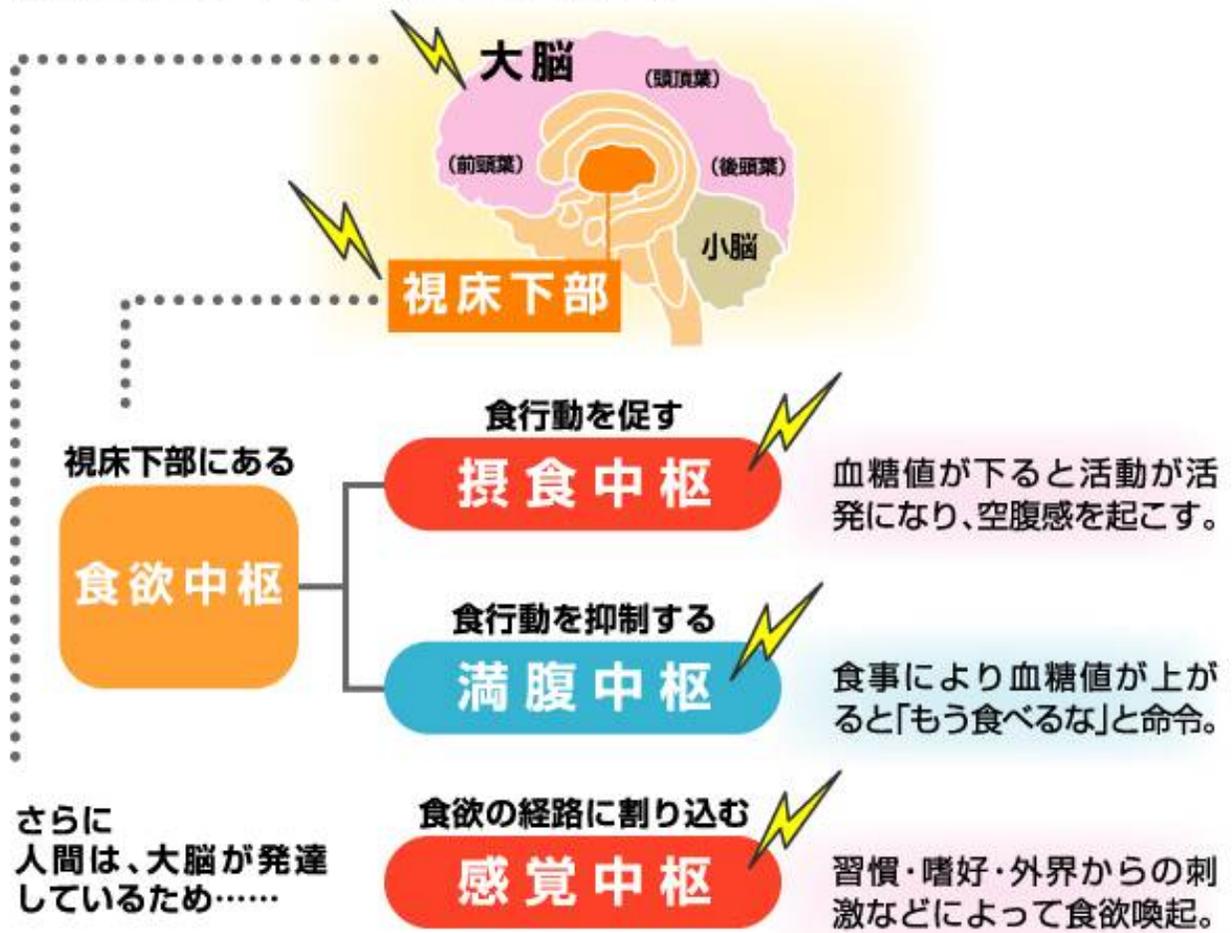
障害をお持ちの方は、口唇の機能が十分に発達していないことが多く、介助するときには唇で取り込めず、上の歯にこそぎ取るような介助になってしまう場合は、ボール部分の浅いスプーンを選択するのが重要です。

一方で自力摂取の場合、浅いことですくっても落ちることで失敗が重なることがストレスになる場合もあります。なんとなくその人に使いやすいスプーン、そこには理由があります。

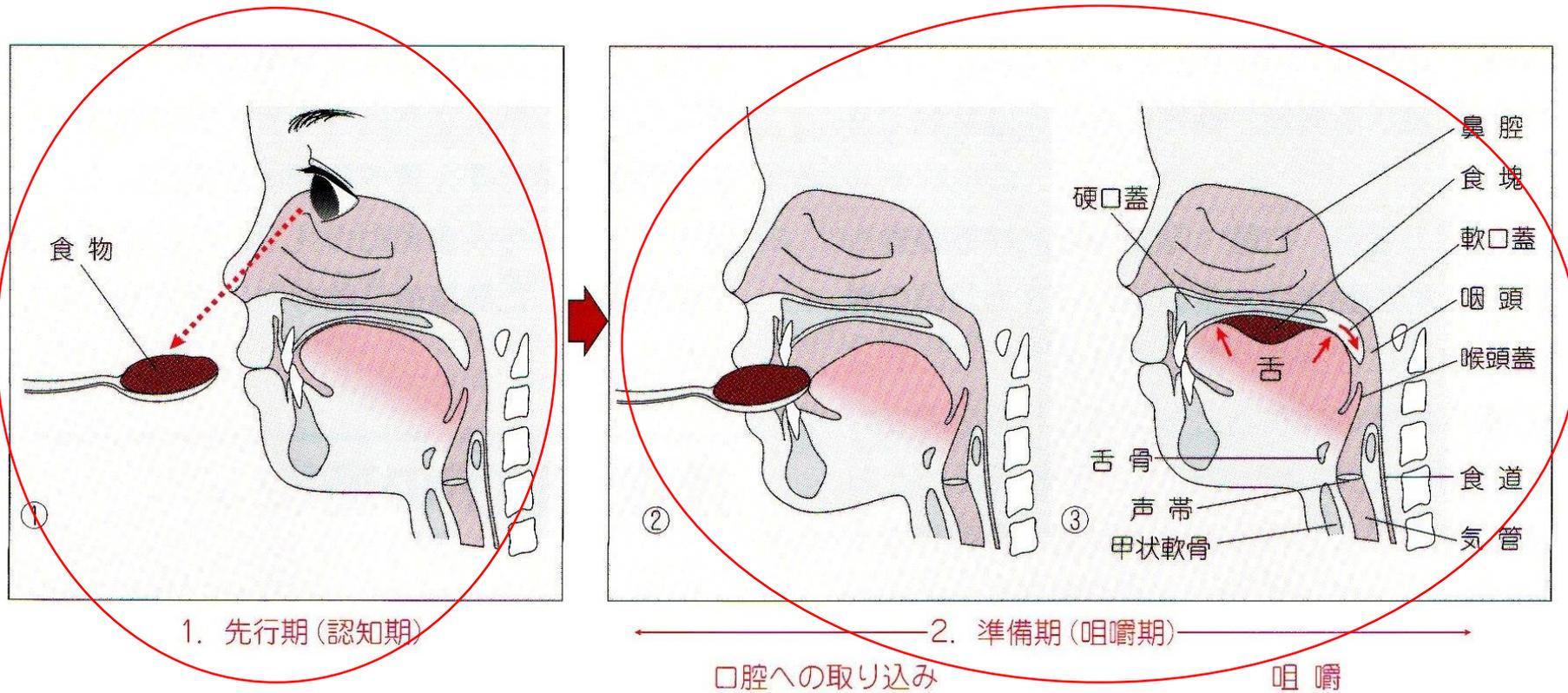
もう一つのお題、食べにくさについて

食欲とは

脳内でコントロールされる食欲



食べにくさ：認知期が中心



Aさん

Bさん



Bさん ペースト食

Bさん コーヒーゼリー

Cさん



○当日のメニュー⇐

- ・パン粥
- ・小松菜としいたけの澄まし汁（とろみ）⇐
- ・ポークビーンズ
- ・お茶 180 cc弱⇐
- ・サラダ
- ・牛乳 200 cc弱 （水分は常にコップ 2 杯分→熱がこもりやすい。トイレ出づらい。）⇐

⇐

○形状とスプーン 細刻みとおかゆ（パン粥）⇐

- ・カレースプーン→水分用⇐
- ・カレースプーンひとまわり小さい→本人用⇐
- ・子ども用スプーン→介助用⇐

当日の経過

○当日の経過

- 12:00 いただきます 自らスプーンを使用してスムーズに主菜をペース良く食べている。←
合間にパン粥を介助して口に運んでいる。←
- 12:05 スプーンを置いて自分で食べるのをやめるが、介助のスプーンは受け入れて食べている。←
- 12:07 自らフロアに戻り、横になる。←
- 12:10 自ら体を起こしちらっとフロアに視線送っている。ちゃぶ台で介助。←
- 12:13 休憩。←
- 12:15 自ら体を起き食べられる。←
- 12:17 休憩。←
- 12:18 自ら起きられる。再開。食事はほぼ完食。←
- 12:19 休憩。←
- 12:27 再開。完食。スプーン一さじで横になる。←
- 12:30 再開。すぐに横になる。←
- 12:32 職員の誘導で再開。すぐに横になる。←
- 12:35 職員の誘導で再開。2口のみ。←
- 12:37 職員の誘導で再開。汁物全量摂取。←
- 12:40 自ら体を起こす。お茶を拒否。横になる。←
- 12:45 牛乳飲み始める。5分で飲み切る。←
- 12:51 お茶飲み始める。3分で飲み切る。←
- 12:54 ごちそうさまでした←

←

最初は自力摂取

途中からは、

Dさん

(動画撮りした日の食事メニュー) ←

- ・ジューシーチキン 150 cc←
- ・わかめサラダ 50 cc←
- ・おかゆペースト 100 cc←
- ・オニオンスープ 100 cc←

←

(この日の経過) ←

- はじめ 15 分はスプーンを近づけるとその職員の手を止めることが続く。←
- 車いすの向きを国道側に変えたのをきっかけに食べ始める。←
- 2,3 口食べては口をつぐむのを繰り返しながら 20 分で完食。←



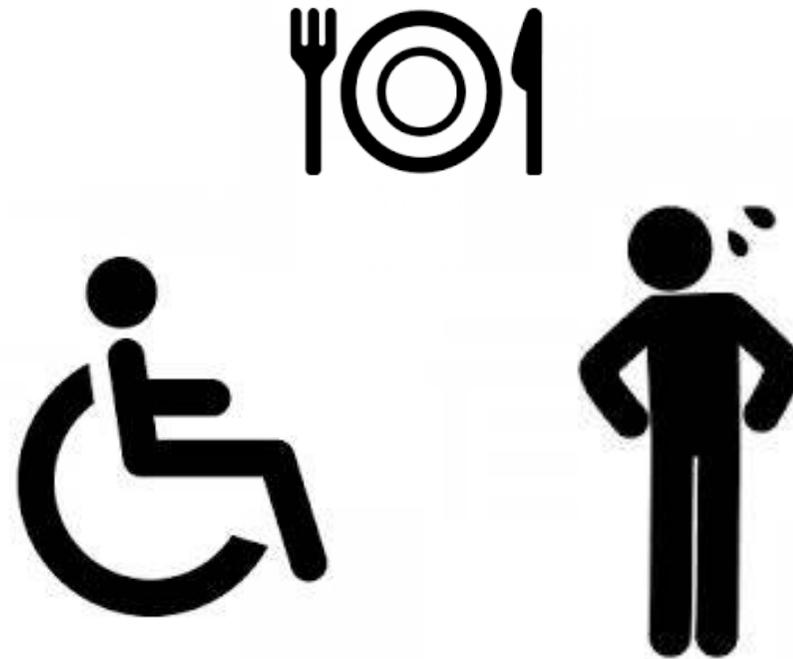
Dさん

重症心身障害児者の場合の食欲

- 食欲が揺らぎやすい
 - ・ 日本で有名な三大欲求 食欲・性欲・睡眠欲と比べ
 - ・ 自己身体の内臓感覚、食事に関しては「お腹が空いた・お腹がいっぱい」などの満腹感や空腹感を感じにくい
 - ・ わかっていても伝えられない、伝える手段が十分ではない
- 運動機能の難しさから食べにくい
- 感覚的に食べにくい

すべてが「食べにくさ」としてあらわれる。

食べさせたい支援者と食べたくない利用者



- ・食べさせることが仕事と
思ってしまったている。
- ・見えないプレッシャー。
- ・食べさせられない自分、
自分なら食べさせられる。

支援する上で、大事にしたいこと

- 利用者さんに慣れ過ぎない
 - 「いつもこんなもの」という慣れの裏側にリスクがあります。
- なぜ、そうなるのか？と考える習慣を身につける
 - ・ なぜ席を離れたのか？
 - ・ なぜ寝転がったのか？
 - ・ なぜ途切れながらしか食べられないのか？
 - ・ なぜ向きを変えると食べられるのか？
 - 答えが食事場面だけあるとは限らない

支援する上で、大事にしたいこと②

- ご家族や支援者間で情報を共有することがなにより重要です
突然に食べにくさを伝えるのではなく、
日常的にやり取りをして情報を得ることが必要です。
場所によって利用者さんの様子が異なることはよくあります。
すべての場所で食べにくさが強まり、摂取量の低下、
体重の減少、排せつ回数の減少などが見られた場合には要
注意です。単なる食欲の低下ではなく、30歳を超えるとな
んらかの疾患による「食べにくさ」が出ることも多くあります。

まとめ

今年度、3回にわたって摂食学習会をしてきました。
食事場面は利用者さんを落ち着いて見れる支援の場面で、
利用者さんの表出を確認しやすいコミュニケーションの場面でもあります。

食事場면을切り口にその利用者さんの障害特性などをあらためて確認する機会にしていただけたらと思います。

黙食が推奨されている時代ですが…

食事時間が楽しい時間になりますように！