

## 摂食嚥下リハビリは、 おいしく食べるためのもの

大石 善也氏

訪問看護ステーションの歯科版を指し、昭和の時代から2日に1回、午後訪問診療を行っています。摂食嚥下（えんげ）リハビリは、おいしく食べるためのものです。どうしても口から食べたいから、胃に孔をあけ直接水分や栄養をチューブから注入する胃ろうを作りたくない。胃ろうを作ったけどやはり口から食べたいという人には大変有効な方法です。

嚥下リハビリという、食べられない人を食べるようにできるよりにすると思われがちですが、残っている機能を維持して、長く食べられるよりにすることも大切な仕事です。味噌汁は、具と

汁をいっしょに口に入れるとむせますから、別々にして食べる。液体を口に入れるとむせる場合、どれほどトロミ剤を用いればよいか、お寿司が食べたと言われてゼラチンで握るなど、食べ方の指導や料理の工夫も行っていきます。

食べることに困っている療養者のために、家族や介護従事者でもできる嚥下リハ、口腔ケア、調理法の工夫についてのガイドラインを2年前にまとめ、そのDVDを作りました。そばに医療者がいなくても、最低限の支援ができる体制を作りたいからです。

また高齢者にやさしい食事、口に入



大石 善也氏

れるとそのまま腸で吸収できるほろりん草のおひたしや鶏肉のから揚げなどの開発にも携っています。まろみ食やペースト食が嫌いな人、神経疾患や咀嚼（そしゃく）力の弱い人、同じく虚弱高齢者で硬い料理が食べられない人でも、食事が楽しめるよりになりました。

来年度からは、介護職へのたん吸引などの医療行為の研修が行われますが、嚥下のトラブルから吸引が必要になります。それを防ぐためにも、嚥下障害の予防、口腔ケア、正しい食事介助についての基本を、最も身近で支援にあたる介護従事者に学んでほしいと思っています。