

南魚沼市民病院

認知症疾患医療センターだより

理 念

私たちは、自然のうるおいの中で人それぞれの希望に満ちたくらしを支え地域医療を推進します

基本方針

- 1 市民の安全・安心を支える医療を提供します
- 2 患者さん中心のチーム医療を推進します
- 3 健康増進を目指し、予防医療の充実を図ります
- 4 確かな知識と技術を有する心豊かな医療人を育成します
- 5 良質な医療を継続するため、経営の健全化に努めます

南魚沼市民病院認知症疾患医療センター

〒949-6680 新潟県南魚沼市六日町 2643 番地 1

電話: 025-788-1222 (代表)

電話: 025-772-2604 (直通)

FAX: 025-772-2603

記事 新年のあいさつ
特集「認知症の人の食事支援」
認知症研修会



私たちの仕事

今年も宜しくお願いいたします。さて、認知症の患者さんはこれからも益々増加するようですので、当センターの果たす役割や活動内容も益々広範囲になりそうです。現在は、①電話や来所による認知症に関するよろず相談、②メモリー・クリニック（認知症専門外来）への予約手続き支援、③メモリー・クリニック内での生活支援（ケア）指導・カウンセリング、④認知症リハビリ（脳トレ／生活リハビリ）などが中心的な活動内容ですが、今後は、当センターが属する市民病院内の活動に留まらず、①社会復帰を目指す障害者職業支援や就労支援組織との連携、②地域の特養、老健、有料老人ホームやグループホームなどの福祉施設との学習会や事例検討会などの交流、③かかりつけ医や家庭医など医療機関との協働事業なども進めて行きたいと思っています。

さらに、市民に向けて、認知症の知識を普及するために、併せて、認知症の発症を予防するために、昨年同様、①地域や②町単位、さらには③病院内で、講演会や勉強会を計画したいと思っています。日時や内容は、事前に市報や病院便りでお知らせしたいと思いますので、その際には、是非積極的にご参加いただきたいと思います。



特集

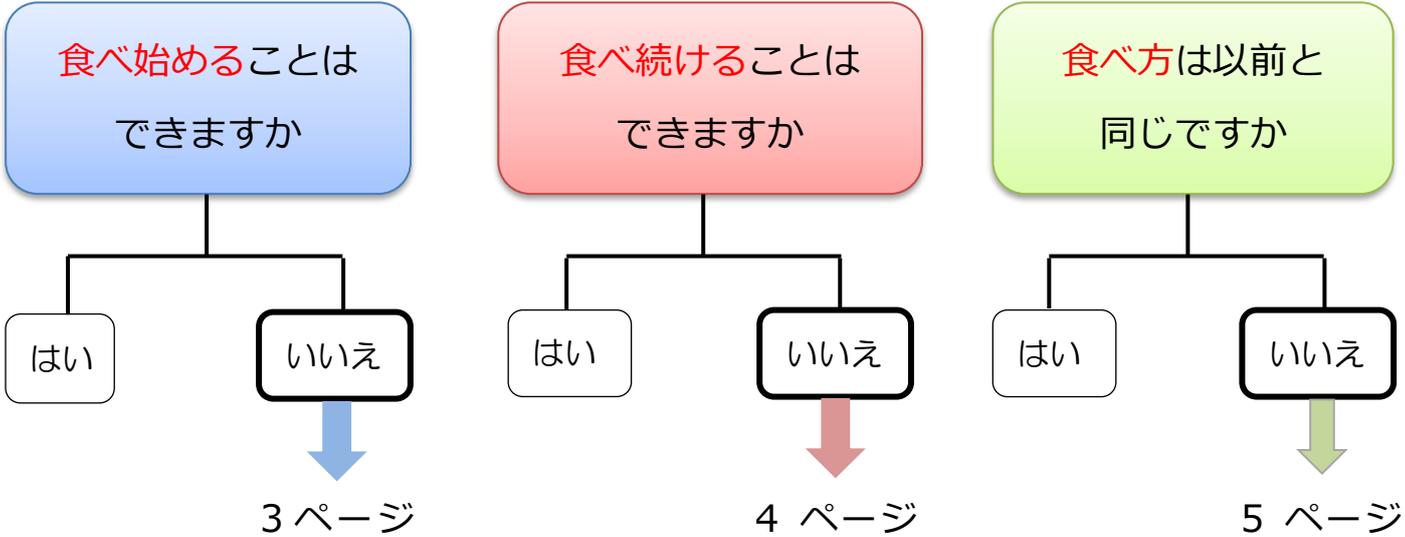
認知症の人のケアにおいて、食事がうまく食べることができないなどで、介助に手間どるとい声をよく耳にします。そこで今回は食事について取り上げました。認知症の人が食べる力を発揮し、おいしく楽しく食べ続けることができるための環境整備や支援方法を紹介します。

まず、食事前の環境を確認してみましょう



- **食べるための体の準備が整っていますか？**
→ ①排泄は済んでいる？ ②疲れていない？ ③発熱や痛みはない？
- **食べることに集中できる環境ですか？**
→ ①食べたいと思える食事が提供されている？ ②食事以外のもの
③気になる刺激（音、動く物、光、におい）はない？
- **食べやすい姿勢ですか？**
→ 崩れた姿勢でないか？ ②食卓と身体の位置、高さ、座る位置は調度いい？

さあ、食事の様子をみてみましょう



参考：認知症の人のおいしく豊かな食事に向けて



食べ始めることができない場合



認知症の人の食べる様子

1 食事を目の前においてもじつと座ったまま食べようとしない

2 食事を並べ替えることを繰り返して食べようとしない

3 スプーンを逆さに持ったり食器に触れたりするが食べる行為に至らない

4 食卓に置かれた食物以外の物に手を触れ食べようとしない

支援の仕方（食事の環境づくり）の工夫

1 食事（食べる物）としての認知を高める工夫（味覚、臭覚、好物、なじんだ食器類の活用）

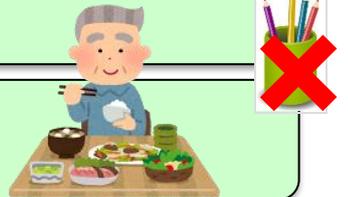


2 配膳方法の工夫

- 1) コース料理方式 2) ワンプレート方式 3) 弁当箱の活用



3 ●利き手に食具（箸やスプーン）、もう一方の手に食器を持つことを支援
●おにぎりやサンドイッチなど道具を使わずに食べられる食物を用意



4 食卓上の整理

食物以外の物品を置かない

介助で食べている場合

5 口を開けようとしない、顔をそむける、介助者の手を押し返す

6 いったん口に入れた食物を吐き出す

7 口に食物を入れたまま飲み込まない

5 食事の認知を高める工夫

- 1) 好物の活用
- 2) 食物をすくったスプーンを下唇に触れる、なめてもらう
- 3) 口角、頬を指で軽くトントンと触れる
- 4) 手を添えて口まで運ぶ動作を助ける

6 1) 食べたくない原因（痛みなど）への対応
2) 食事時間を変更する

7 1) 声かけ、優しく体に触れて気持ちを食事に戻す
2) 異なる食感や味覚（甘味・塩味など）、温冷を交互に介助（食事への注意維持）
3) 好物や冷たい物で飲み込みやすくする（嚥下反射を誘発）



食べ続けることができない場合

認知症の人の食べる様子

支援の仕方（食事の環境づくり）の工夫

1 食事以外の刺激に注意が向き、食べ続けられない（食事に集中できない）

1 食事環境の見直し

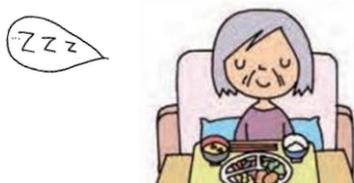
- 1) 過剰な刺激の除去：食事を中断する音、映像、人の足音、おしゃべりなど
- 2) 良い刺激の工夫：彩りよい盛り付け、食事ペースが同じ仲間との同席
- 3) 食事への注意の戻し方
 - ① 「次は〇〇を食べますか」等の言葉かけ
 - ② 手を用いて視線を食材へと誘導
 - ③ 認知症の人の手に優しく触れる
 - ④ 本人の手に介助者が手を添え、背後から食べる動作を支援



2 食事が途中だが、その場から立ち去る

2 1) 立ち去る要因の調整

- ① 立ち去る原因となる刺激物の除去
 - ② 薬による影響
 - ③ 認知症の人の生活リズムに合わせて食事時間を設定
- 2) 食事量が不足する場合の工夫
- ① 動きながらも手にもって食べることでできる食物（おにぎり、パンなど）を用意
 - ② 移動ルートに食物を置く



3 食事中に居眠りしてしまい、食べ続けられない

3 食事中にすっきり起きていられるための支援

- 1) 睡眠不足や疲れの解消
 - 2) 食事時間帯の見直し
 - 3) 睡眠薬等の見直し（医療機関に相談）
- おにぎりやサンドイッチなど道具を使わずに食べられる食物を用意



4 むせてしまい食べ続けられない

4-1 専門家に相談（嚥下機能）への対応

- 1) 食事前の適切な座り方（ポジショニング）
- 2) 飲み込みやすい食物の選択：冷たいゼリーやとろみ（増粘剤）の活用など
- 3) むせる食品の見直し：味付けの工夫や好みの食物への変更
- 4) 休息と活動のバランスの調整、体力づくりに向けた支援
- 5) 嚥下体操などリハビリテーション
- 6) 飲み込んでいる最中に話しかけない

4-2 むせの予防

- 1) 自分で食べることができるよう支援（食べる動作との協調でむせる回数も減少）
- 2) 飲み込んだことを確認した上で次の一口を介助

食べ方が以前と違う場合

認知症の人の食べる様子

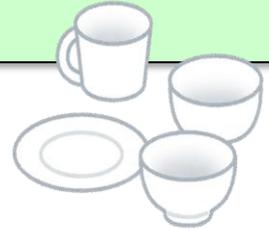
支援の仕方（食事の環境づくり）の工夫

- 1 食べるペースが早い（早食い）
口に食物をたくさん詰め込む
⇒ムセたり、詰まりそうになる



1 食事環境の工夫

小さなスプーンや箸への変更、配膳方法や食物形態、食器を小ぶりにするなどの工夫



- 2 1) 適量をすくえない
（一口量が多い、少ない）
2) 手を使って食べる

2 1) 配膳方法の工夫

事前に一口サイズに切れ目を入れてから配膳

2) 自助具の工夫

滑り止めつきの皿、すくいやすいスプーンなど

3) 道具を使わずに食べられる食物の工夫

おにぎりやサンドイッチなど

- 3 スプーンを鼻へ運んだり、食器まで届かず空すくいする

- 3 食具の持ち方や食べる動作のうち、できない動作のみ
介助者の手を添えて支援



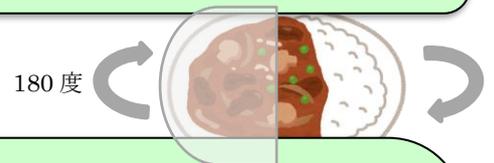
- 4 一つの食器からだけ食べ続ける、すべての食事を認知できず食べ残す

4 1) 配膳方法の工夫：丼物などワンプレート方式、 やコース料理方式

2) 認知している場所に配膳（半側空間失認と診断され、食物を片側半分残した場合には、食器の向きを180度回転）

3) 食物が見えやすい食器の色・形の選択

4) 食べる動作の継続：食器を交換すると食べ続けられなくなる場合、手に持っている食器の中の食べ物がなくなる前に食物をつぎ足す



- 5 時間帯や日によって、うまく食べられるときと、そうでないときがある

5 1) うまく食べられる時と食べられない時で支援の仕方を変える（過介助にならないように注意）

2) 生活リズムと薬の関係 → 専門家に相談



福祉・介護・医療従事者のための

認知症研修会

認知症患者の口腔管理に対する取り組みは QOL の維持ともかかわりが深く、口腔機能が認知機能と関連があるという報告もあり認知症患者の口腔機能を可能な限り適切に評価し、必要に応じて介入を行うことは患者の今後の人生にかかわる重要なことであると言われています。今回は高齢者の口腔機能管理のあり方と実際の現場で効果的な認知症の方の口腔ケアのコツ（実技）を通して今後の支援に役立てていただきたいと思います。

テーマ 「要介護高齢者の口腔ケア」

期日 平成 29 年 2 月 14 日（月）午後 6 時～7 時 30 分

受付 5 時 30 分～6 時

場所 南魚沼市民病院 2 階 多目的ホール

講師 講師：南魚沼市民病院 歯科医師 羽尾直仁
南魚沼市民病院 歯科衛生士 小船井恵理

定員 80 名程度（先着順）

【略歴】

H25 日本歯科大学卒業

H26 新潟大学 摂食嚥下機能回復部入局

【専門】

一般歯科

訪問歯科

摂食嚥下リハビリテーション



申し込み先：南魚沼市民病院認知症疾患医療センター