

食支援で知っておきたい実践術

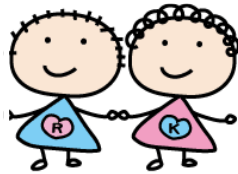
ポジショニング 食事介助 食事の工夫



芳村直美

特定医療法人 研精会法人本部
食支援推進プロジェクト
稲城台病院 食支援センター

研精会



つなぐ、ひろがる、つづく

65年前に精神科医療からスタート
東京都・神奈川県 10施設を運営する特定医療法人

食を包括的に支援
する専門部署

東京都
稲城市

【病院】

- ・ 東京さつきホスピタル
- ・ 稲城台病院 381床 回りハ・食支援センター
精神・療養・歯
- ・ 箱根リハビリテーション病院
はらまちクリニック
(調布市、稲城市、新宿区、箱根町)

【介護老人保健施設】

- デンマークイン 3施設
(稲城市、新宿区、箱根町)

【介護付有料老人ホーム】

- デンマークINN 4施設
(調布市2、府中市、小田原市)

【地域生活・就労支援サポート】

- ・ 訪問看護ステーション
- ・ 介護支援サービスセンター
- ・ 就労支援 創造農園・カフェレストラン



稲城台病院 東京都稲城市 病床数381



話題

食支援で知っておきたい実践術

1. 食支援が必要な高齢者
2. 食事介助の基本と根拠
3. 食支援の土台はポジショニング
4. 知っておくと役立つ食事の工夫



話題

食支援で知っておきたい実践術

1. 食支援が必要な高齢者
主に、認知症の対象理解
2. 食支援の土台はポジショニング
3. 食事介助の基本と根拠
4. 知っておくと役立つ食事の工夫



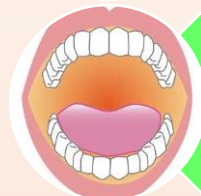
歳をとると・・・



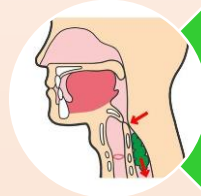
認知機能



身体機能



咀嚼機能



嚥下機能

高齢者の摂食嚥下機能に影響する要因

加齢による変化

歯の欠損、舌の運動機能低下、
唾液分泌低下、味覚低下
筋肉量減少

オーラルフレイル

サルコペニア

脳梗塞・脳出血の既往、パーキンソン病、
認知症……

嚥下障害をきたす複合的な疾患

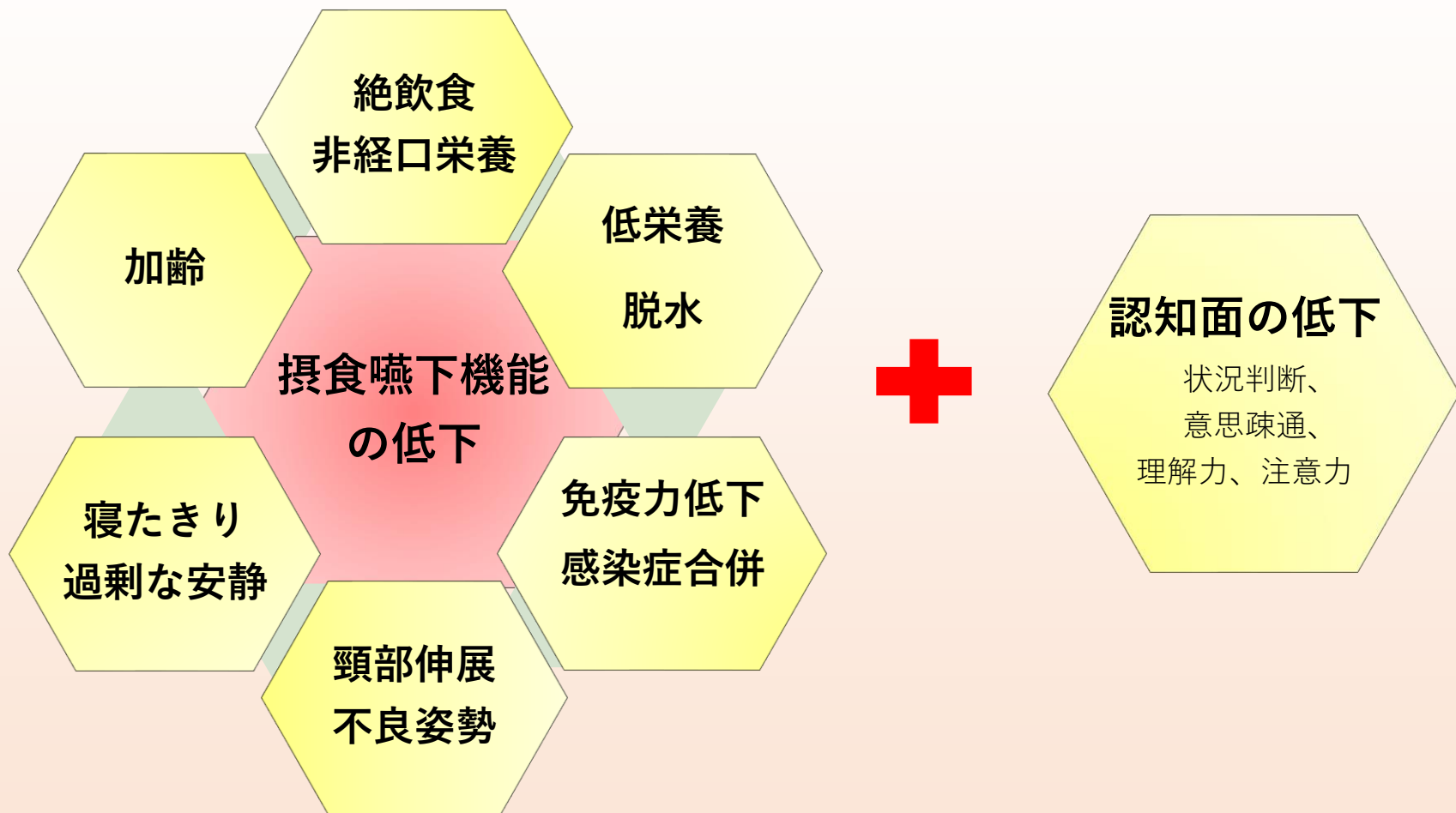
薬剤による影響

口腔乾燥をきたす薬剤
(利尿剤、三環系抗うつ剤、交感神経遮断剤、抗ヒスタミン剤……)

脳機能を抑制する薬剤
(抗けいれん薬、抗精神病薬、精神安定剤) …



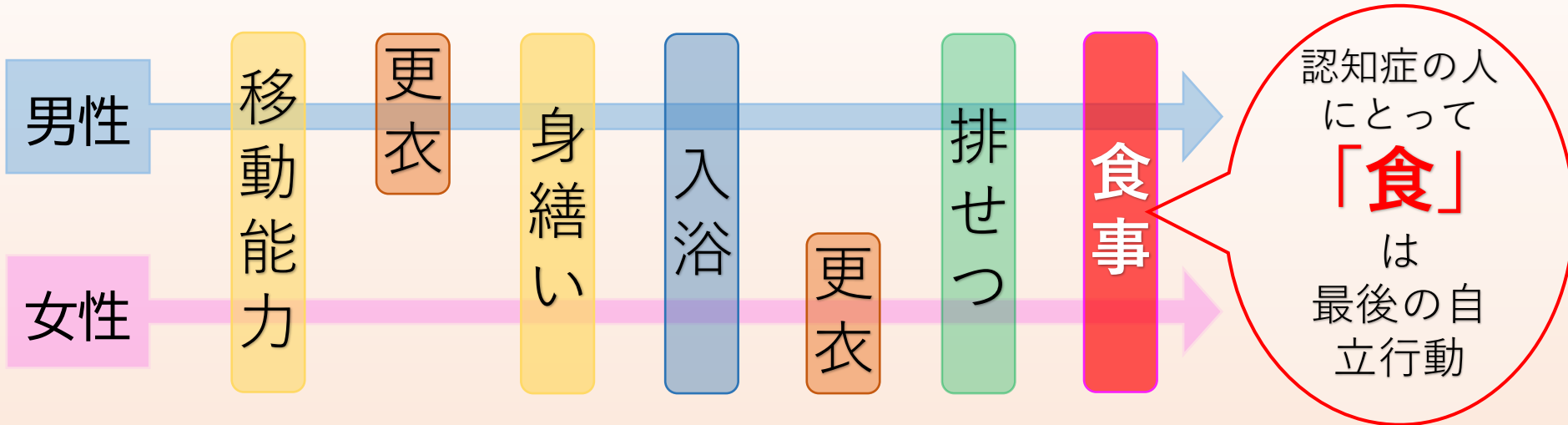
高齢者の摂食嚥下機能低下を助長する因子



認知症の理解ポイント

認知症の進行に伴う日常生活機能の自立低下

認知症の進行 →

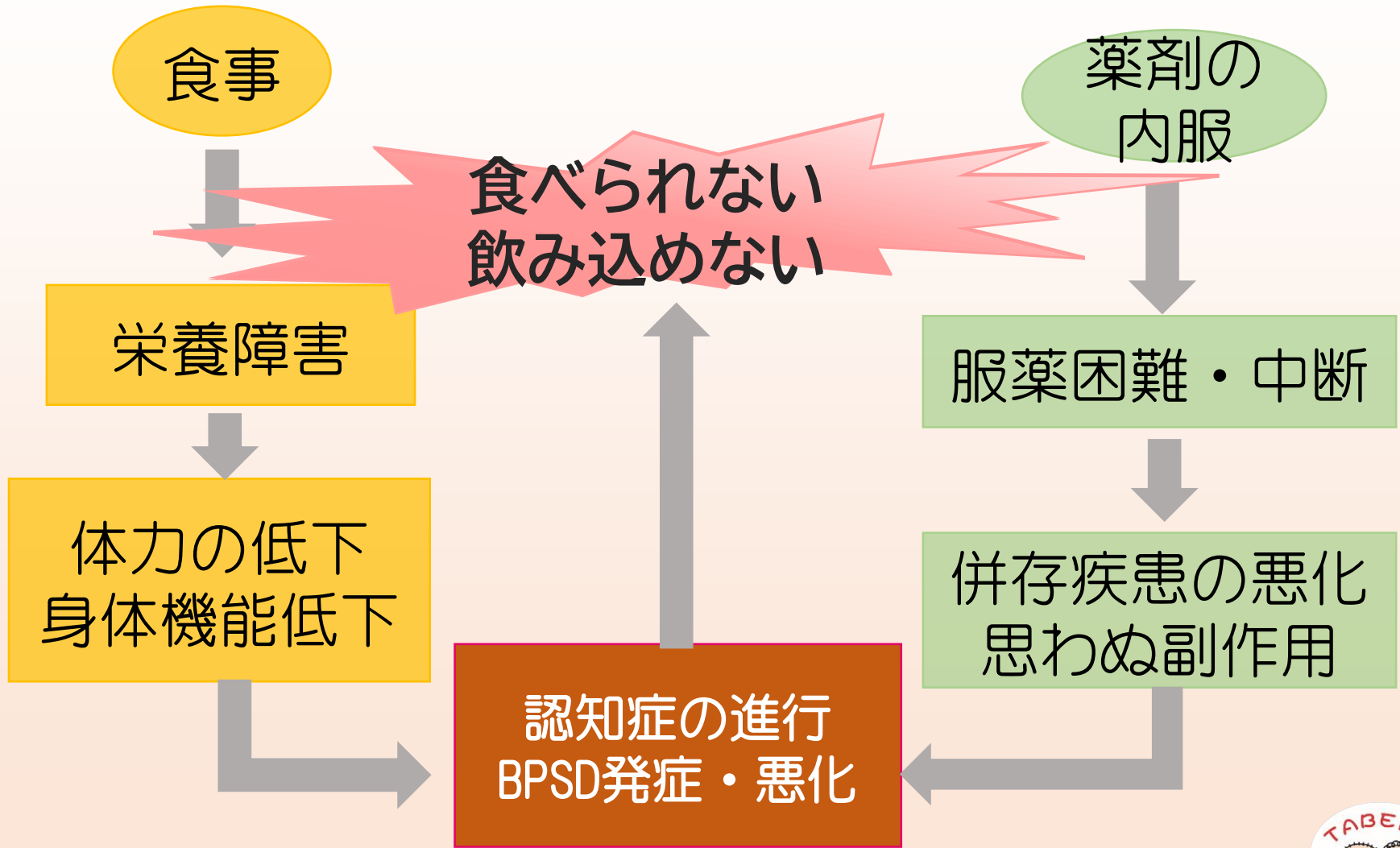


- Lechowski L, Van Pradelles S, Le Crane M, et al; REAL Group: Patterns of loss of basic activities of daily living in Alzheimer patients: A cross-sectional study of the French REAL cohort. *Dementia and Geriatric Cognitive Disorders*. 2010; 29(1): 45-54
- 枝広あや子：認知症の人の「食」を支えるケアの考え方P2より

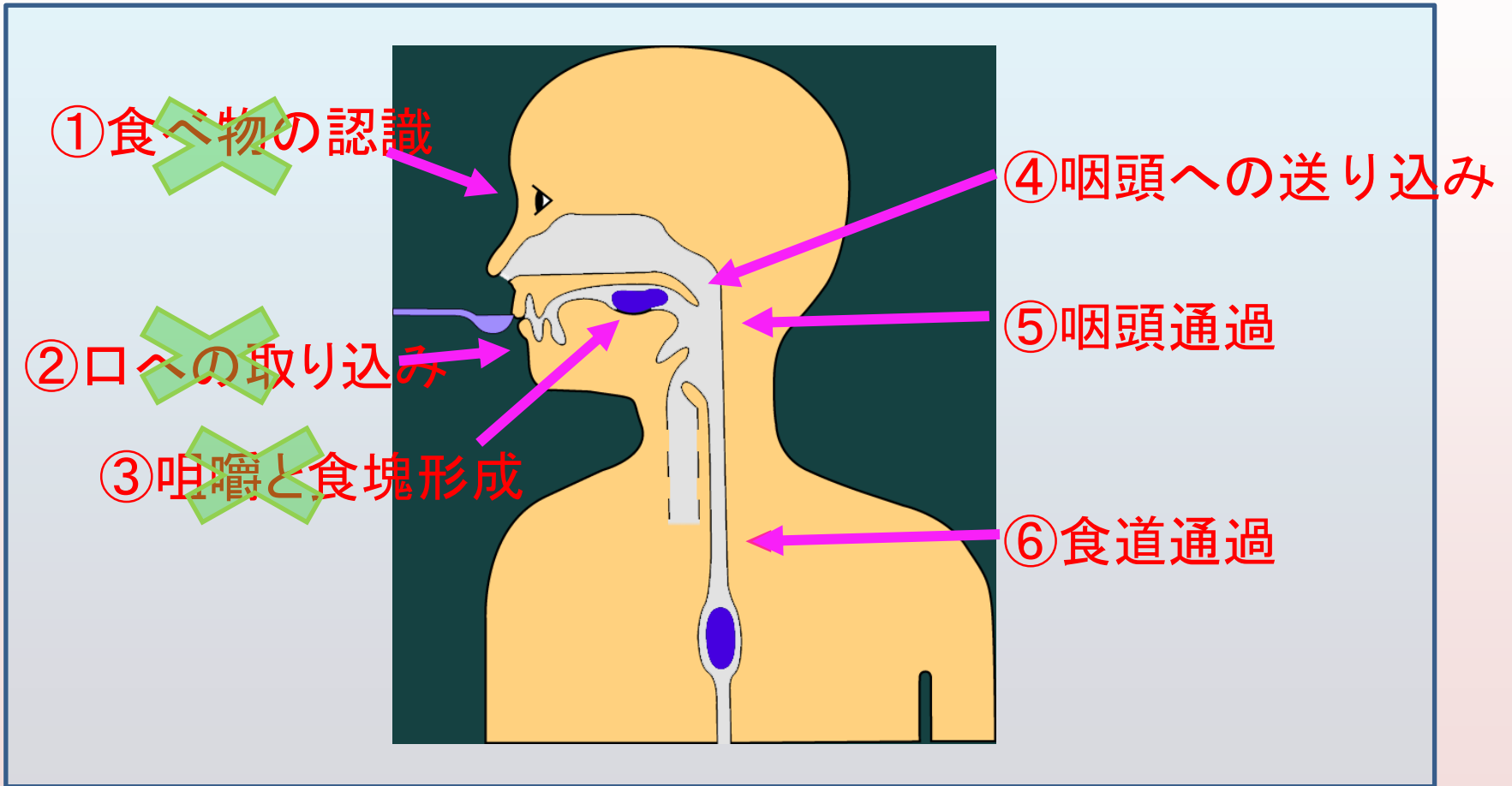


認知症の理解ポイント

「食べられない、飲み込めない」ことによる影響



摂食 嚥下の流れ



話題

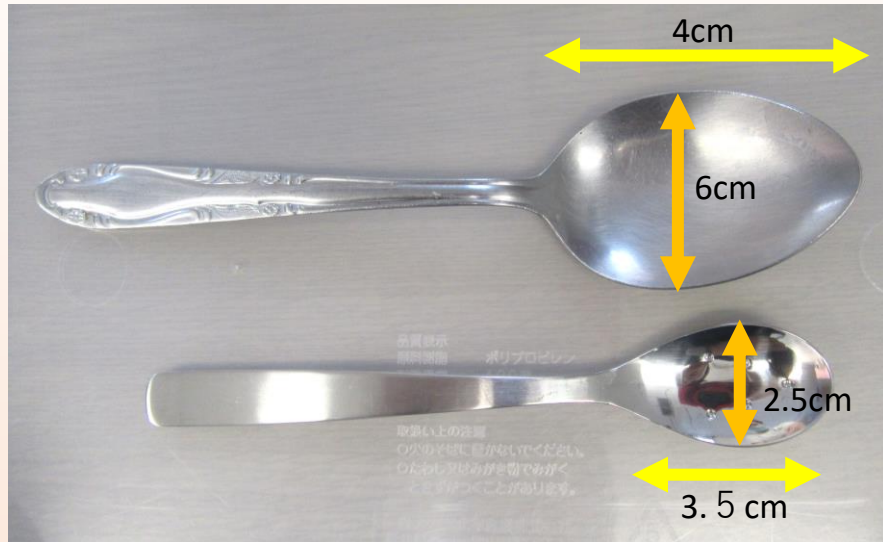
食支援で知っておきたい実践術

1. 食支援が必要な高齢者
2. 食事介助の基本と根拠
 - ・スプーン選び
 - ・スプーン操作
3. 食支援の土台はポジショニング
4. 知っておくと役立つ食事の工夫



スプーンの違い

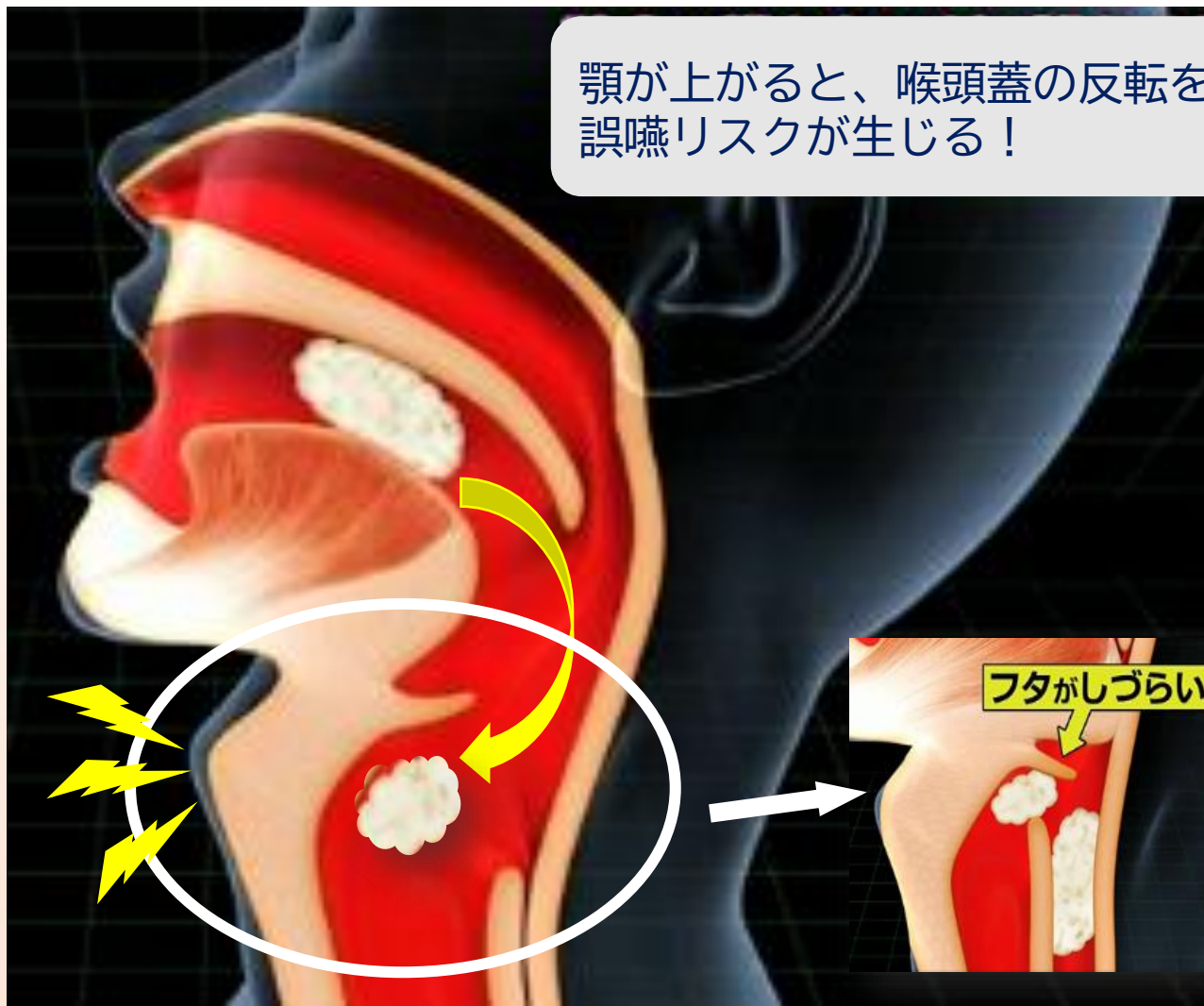
大スプーンと食事介助に適したスプーンの比較



大スプーンは小スプーンの
4.5倍の量が掬えるため、

摂食嚥下障害者の大スプーン
使用は危険

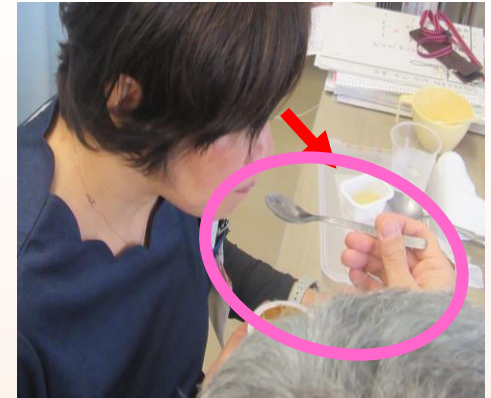
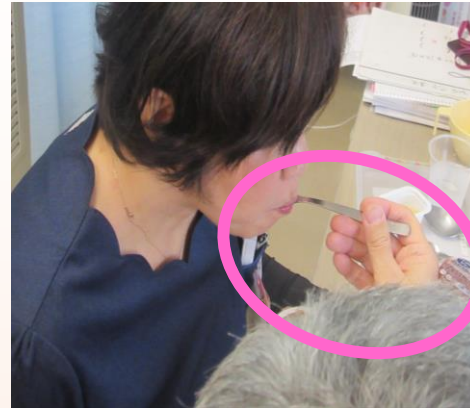
顎が上がった姿勢はなぜ、良くないのか？



スプーンで、食べ方が変わってしまう！

大スプーンが危険な理由

小
スプーン



小スプーンは、ホールが全て口中に入るため、上唇でしっかり捕食できる。
患者の視線も最後まで下方を向いているため、顎が上がっていない。⇒良い嚥下につながる

大
スプーン



大スプーンは、ホールが口に入りきらないため、無意識に介助者は口中へ流し込もうとし、
患者は食べ物をすすろうとして顎が上がり、頸部は伸びてしまう⇒ムセ、誤嚥を招く！

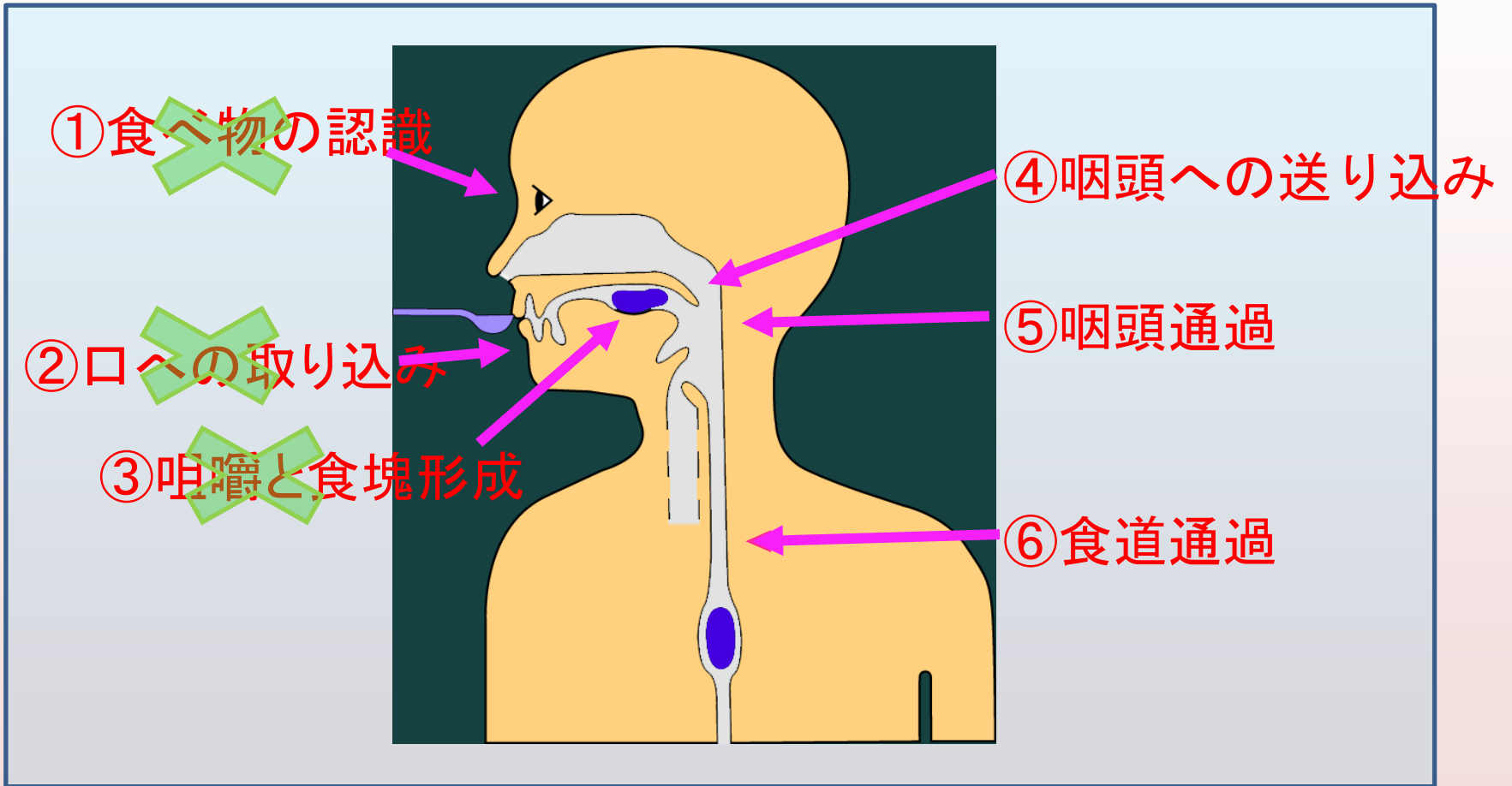


介助用のスプーン選びのポイント

- 小さめで、スプーンホールが浅いものを選ぶ
- スプーンホールは、横幅2.5cm、縦3.5cm位、ティースプーンの大きさが目安
- カレースプーンやスープスプーンのように大きく深いものは、口唇閉鎖を阻害し、すすり食べ、誤嚥の原因となるため適さない
- スプーンの柄は、操作しやすい長さのものを選ぶ
- 多種多様なスプーンの中から、その人にとって最適なスプーンを選ぶことが大切



摂食 嚥下の流れ



認知症の理解ポイント

食事ケアに係る看護師・介護士からの困りごと相談

食事介助の困難さ

- ・ 口を開けてくれない、
- ・ 口に溜めたままのみ込んでくれない
- ・ 口から吐きだしてしまう
- ・ 動作が続かずに止まってしまふ
- ・ 自分で食べようとしない
- ・ 拒否する
- ・ 覚醒が悪い
- ・ 姿勢が崩れてしまふ

などなど

日常生活で当たり前に行う【食事】
それを、
他人が代わって行う難しさ【食事介助】

食事介助はどちらやっていますか？

自分の手元ですくっている

患者の正面で見せながすくっている



- ・介助者の視線は、カップゼリー
- ・患者の視界には、カップが見えていない！



- ・介助者は、患者のことを見ている
- ・これから食べるカップゼリーを見せている



正面で見せて介助すると安心・食べやすい

介助者の顔がみえる



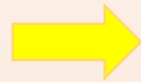
笑顔でアイコンタクト やさしい声がけ



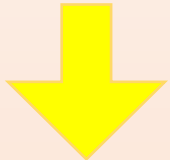
「いつもの顔は安心につながる」

介助者は、単なる食事の運び屋ではない！
相手を左右する重要な環境

食べるものが見える



これから何をすることがわかる手立て



視覚情報が脳に伝わる

人間の五感の情報収集能力は

視覚87% 聴覚7%
嗅覚3.5% 触覚1.5%
味覚1%

食事介助のポイント

- 介助者は、**目線の高さが患者と同じになるように**意識して、食事介助する。
- 患者の**舌中央**にスプーンが接地するように、**正中位**で介助する。
(口に斜めに入るような介助は×)
- **下唇から滑らせるように**口中に挿入し、**口唇閉鎖したタイミング**で、**上唇に添わせるように引き抜く**。
- ゼリー類は**スライス状**にすくう。 混ぜてクラッシュにしたり、山盛りにすくわない
- **頸部やや前屈位**(4横指が目安)、顎が上がらないよう介助する。
⇒お皿やカップを持ってもらうと目線が定まり効果的



食支援の食事介助とは、

食事介助は、ルーティン業務になると、早く、全量摂取させるテクニックになってしまう・・・ことがあります。

それでは、プラスの効果は得られず、逆に生きる力を奪いかねなく、リスクを生み出す食事介助になってしまいます。

私が、伝えたいスプーンテクニックは、
根拠と**愛**と**信念**に裏打ちされた食事介助です。

芳村



話題

食支援で知っておきたい実践術

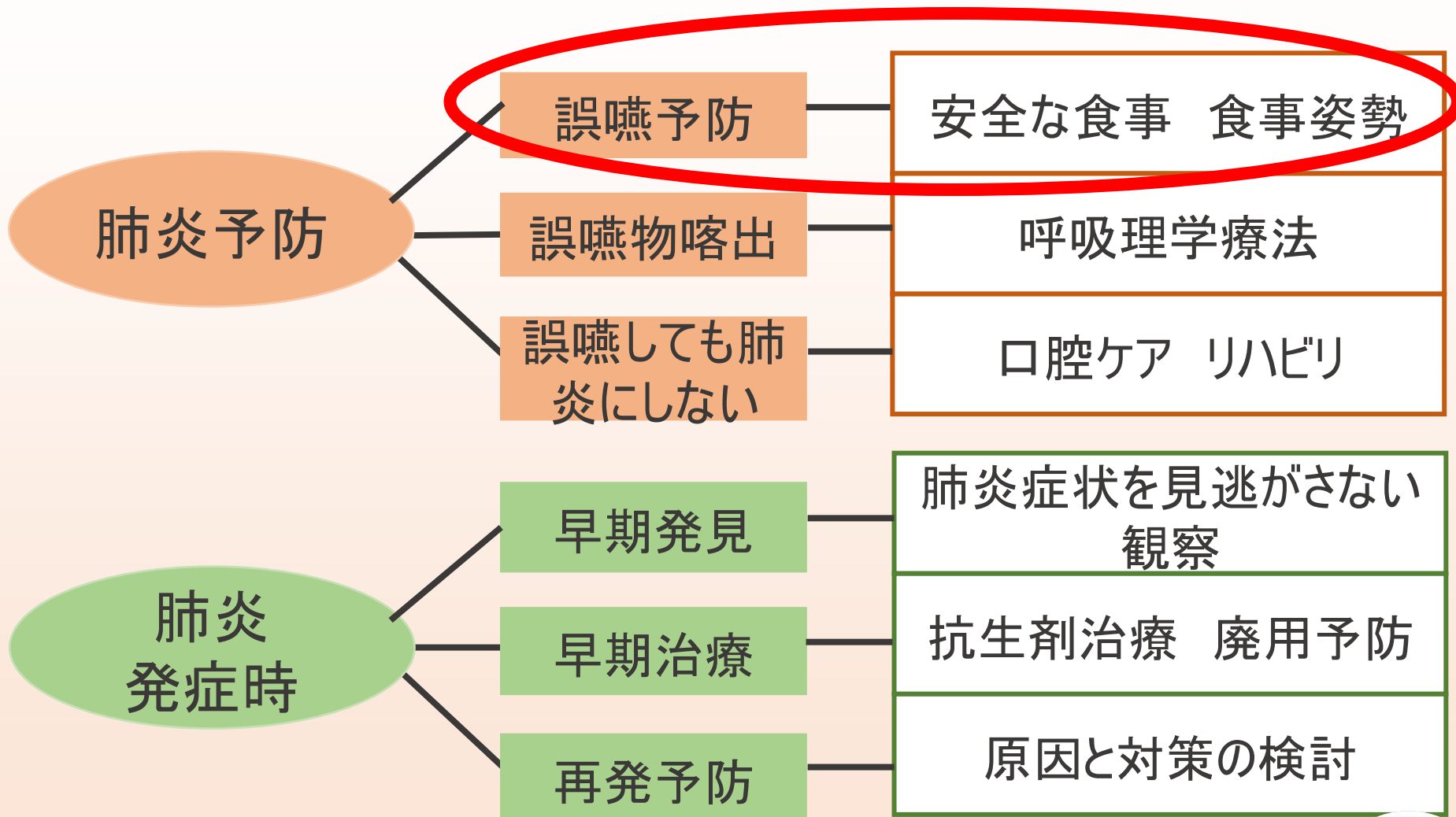
1. 食支援が必要な高齢者
2. 食事介助の基本と根拠
3. 食支援の土台はポジショニング
 - ・ 姿勢と嚥下
 - ・ POTTの紹介

(ポジショニングで食べる喜びを伝えるプログラム)
4. 知っておくと役立つ食事の工夫



誤嚥性肺炎に対する対応

脳卒中治療ガイドラインより



嚥下と姿勢の関係

重力位姿勢

歪み・ねじれがなく、
体圧が分散された姿勢

食事が見える、
テーブル上で楽に手を
動かせる姿勢

むせや誤嚥を防止する

食事中に姿勢が崩れず
長く座っていただける

認知機能を高め、
セルフケアが拡大する

安 全

安 楽

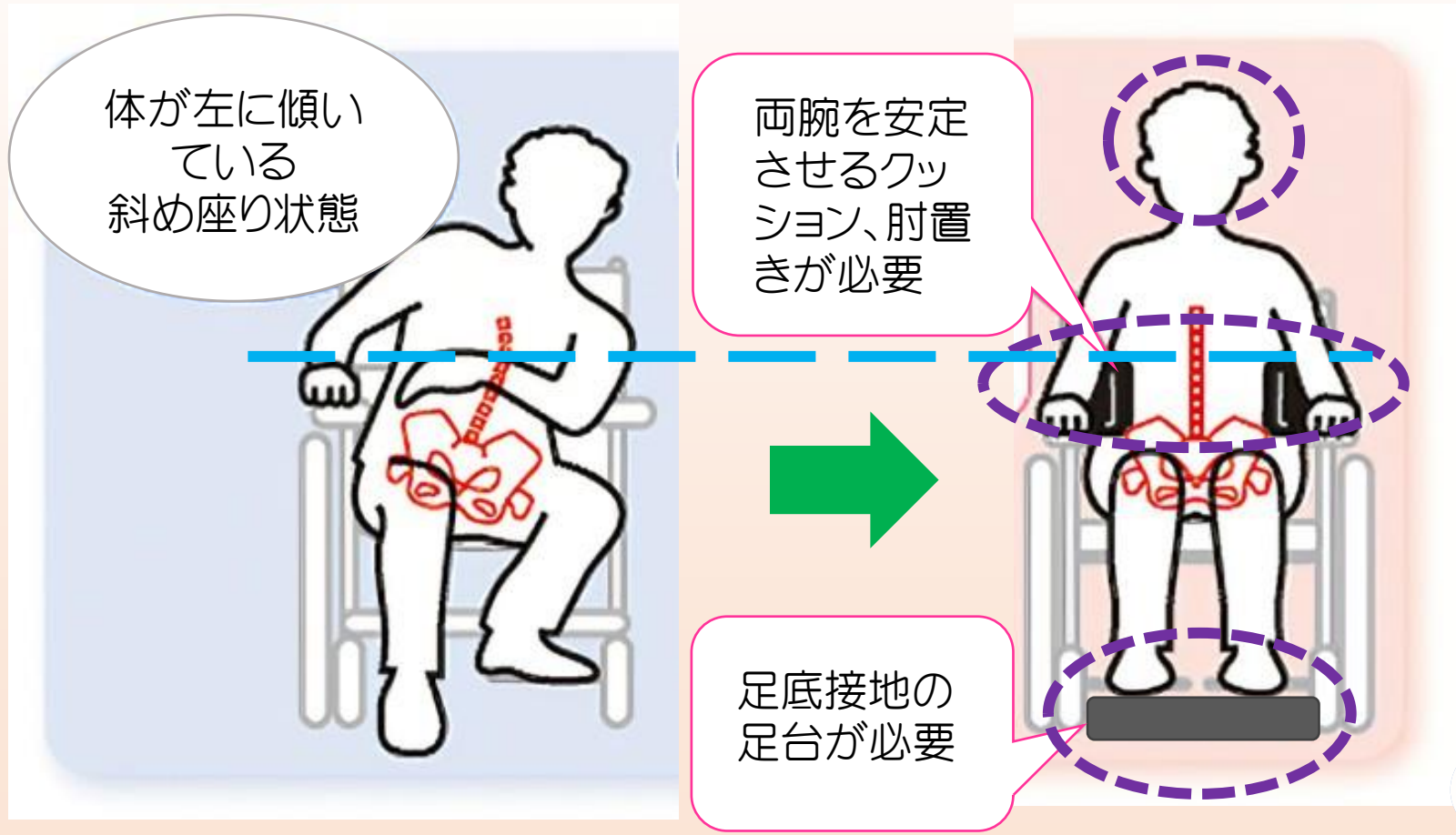
自 立

良い姿勢は、良い嚥下を作り出し、
安全・安楽・自立を充足する



姿勢の違い 車いす

1. 自分だと思ってください。右手に箸、スプーンを持って、左手に食器を持って、自力摂取できますか？
2. 左麻痺だとすると、健側の右手を使えますか？
3. 食事をおいしく、楽しく、全部食べられる姿勢でしょうか？ 食べこぼしは？



食事等でポジショニングが必要な人

- ・ 摂食嚥下障害や誤嚥リスクのある人
- ・ 姿勢保持困難、身体的変化がある人
- ・ 胃食道逆流のリスクがある人

ポジショニングは生活の場の全てに必要

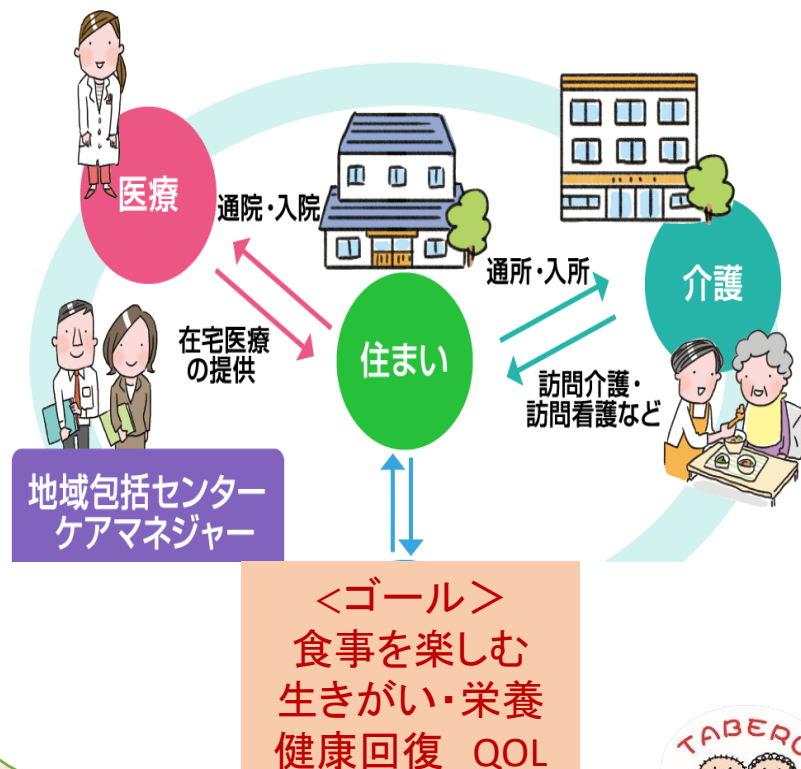
ポジショニングが必要な場面

- ・ 経管栄養中（経鼻/胃瘻）
- ・ 口腔ケア時
- ・ 摂食嚥下評価（スクリーニング評価、VE、VF）
- ・ 嚥下リハビリ時
- ・ 誤嚥リスクや摂食嚥下障害者の食事介助時

食支援が必要な人たちは、
ポジショニング支援が必要

【病院】
急性期
回復期
維持期

【老人介護施設】
特別養護老人ホーム
老人保健施設
グループホーム等



POTTプロジェクト

www.pott-program.jp/pott.html

誤嚥を防ぐポジショニングと食事ケアの技術伝承
-ポジショニングで食べる喜びを伝えるPOTTプログラム-

POTTプロジェクト

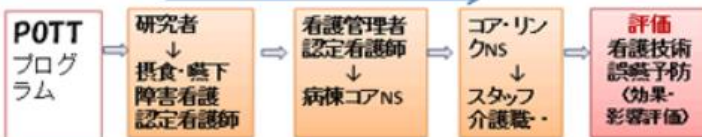
ホーム	代表メッセージ	POTTプログラム	ポジショニングの基礎知識	研修会のご案内	スキルチェック
POTTプロジェクト活動	商標登録・POTT認定登録	ぽっとタイム	ポジショニング用品 書籍	リンク	Q&A

POTT会員の特典 3,000円
研修会参加無料、年会費なし
POTT関連用具の会員価格

POTT(ぽっと)技術伝承

- ポジショニングで食べる喜びを伝える！
- 食事の自立を支援し、誤嚥を予防する
- 新たな看護技術を定着させるための教育方法開発
- 看護の社会貢献 → 誤嚥性肺炎の予防 → QOLの向上

技術伝承プロセスと評価



ポジショニング技術伝承 → 臨床(急性期・回復期、療養病棟、施設、在宅)・
看護基礎教育(看護教員、看護学生...)

■ 研修会のご案内

第11回 POTT オンライン学習会



POTTプロジェクト出版記念
特別講演会



【日 時】 2023年2月24日(金) 18:30~21:00

【研修内容】 第1部 特別講演

『摂食嚥下と姿勢』

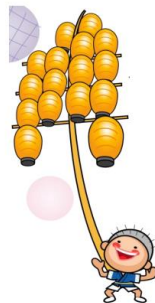


演者: 戸原 玄先生 (東京医科歯科大学 大学院医学総合研究科
摂食嚥下リハビリテーション学分野 教授)
座長: 谷合 久恵先生 (たにあい糖尿病・在宅クリニック院長)

第2部 東北からの活動報告 ・青森県・秋田県・岩手県

第3部 交流会

全国から集まった参加者がグループに分かれてフリートーク!
講演の感想でも、質問、活動紹介などなど、何でも気軽に話そう!



話題

食支援で知っておきたい実践術

1. 食支援が必要な高齢者
2. 食事介助の基本と根拠
3. 食支援の土台はポジショニング
4. 知っておくと役立つ食事の工夫
病院から在宅へ・・・
暮らしの場の食支援



嚥下調整食

固さ

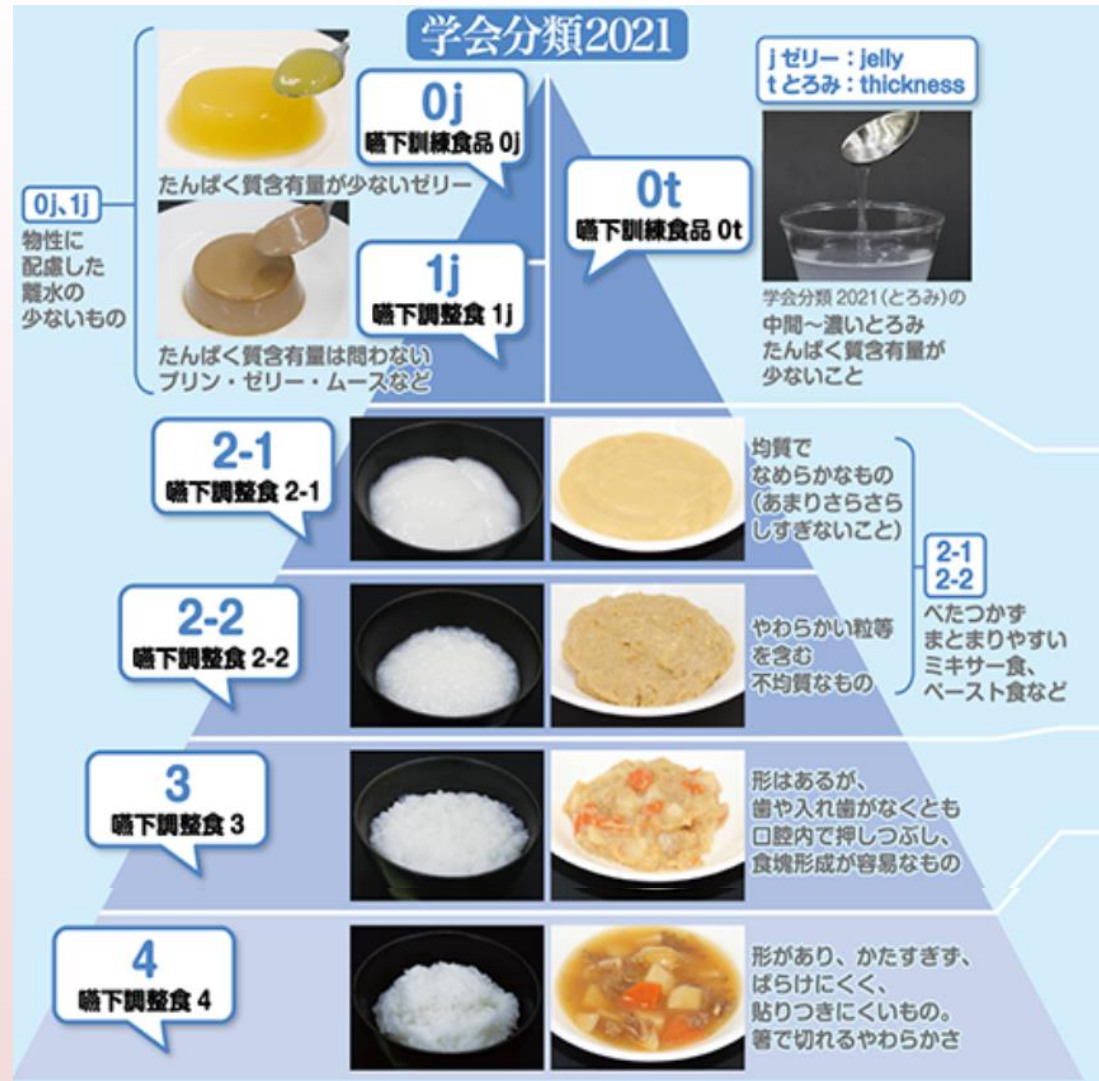
- やわらかいもの

凝集性

- 口の中でばらけない
- まとまりやすいもの

付着性

- ベとつかない
- 喉に張り付かない



嚥下調整食

固さ

・ やわらかいもの

凝集性

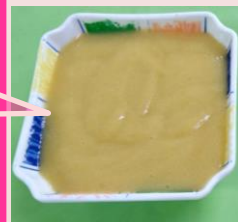
・ 口の中でばらけない
・ まとまりやすいもの

付着性

・ ベとつかない
・ 喉に張り付かない

区分	ユニバーサルデザインフード かまなくてよい	ユニバーサルデザインフード 舌でつぶせる	ユニバーサルデザインフード 歯ぐきでつぶせる	ユニバーサルデザインフード 容易にかめる
かむ力の目安	固形物は小さくても食べづらい	細かくてやわらかければ食べられる	かたいものや大きいものは食べづらい	かたいものや大きいものはやや食べづらい
飲み込む力の目安	水やお茶が飲み込みづらい	水やお茶が飲み込みづらいことがある	ものによっては飲み込みづらいことがある	普通に飲み込める
かたさの目安	ペーストがゆ 	全がゆ 	やわらかいごはん～全がゆ 	ごはん～やわらかいごはん 
	たまご やわらかい茶わん蒸し(具なし) 	スクランブルエッグ 	だし巻き卵 	厚焼き卵 

見た目は？
色合いは？
味は？
全部食べられる？
栄養は？



当院のムース食

エバースマイルの嚥下調整食

見た目の彩りや
素材の風味が楽しめる



1. 食欲がわく、会話も弾むムース食
2. 常温カップ使用で、調理の常備も楽々
3. 区分3、すべて舌でつぶせる商品
4. ムース食だからできる、食感を楽しむ喜び

商品カタログより

- ・在宅でのメニューのバリエーションが広がります。
- ・忙しい時、作ることが負担な時に役立ちます。
- ・いざという時、災害時にも安心です。

