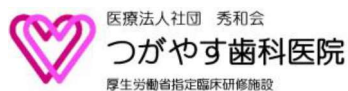
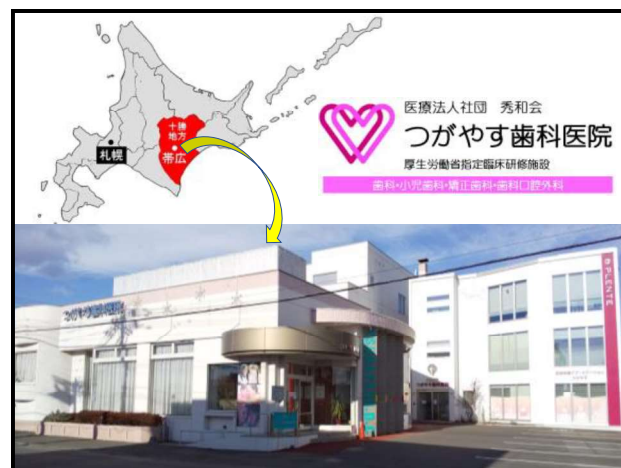


高齢者に対する食支援 ～当院の取り組みについて～



歯科医師 斎藤 徹

1



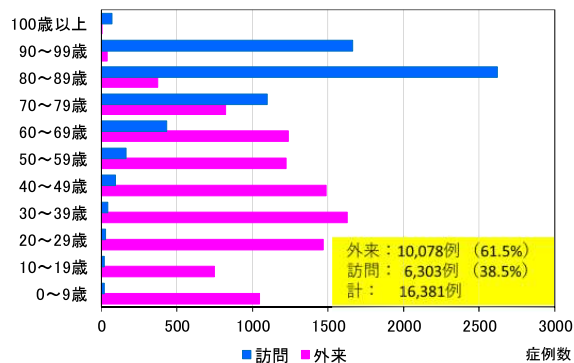
2

本日の講演内容

1. 当院における高齢者に対する食支援
2. 食支援における多職種連携
3. 当院の認定栄養ケアステーションにおける食支援および栄養指導

3

2011～2019年の当院の外来と訪問診療の 年代別新患数



4

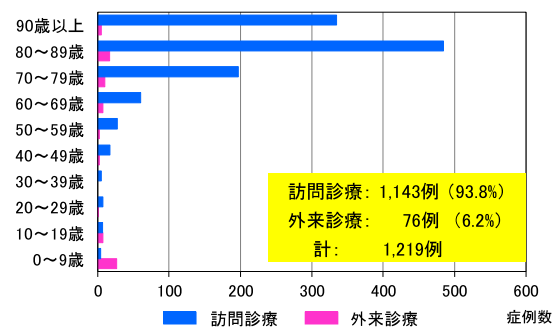
当院が歯科訪問診療を施行した施設の種類の施設数 および各施設と居宅の新患症例数(2011～2019年)

施設の種類/居宅	施設数 ¹⁾	新患症例数 ²⁾
介護老人福祉施設(特養)	20	1,742 (27.6%)
病院	10	1,484 (23.5%)
介護老人保健施設(老健)	6	1,082 (17.2%)
グループホーム	45	767 (12.2%)
有料老人ホーム	10	492 (7.8%)
サービス付高齢者向け住宅	9	135 (2.1%)
その他の施設	24	114 (1.8%)
居宅	—	487 (7.7%)
計	124	6,303 (100%)

1) 2019年12月現在の施設数, 2) 再新患は除外した.

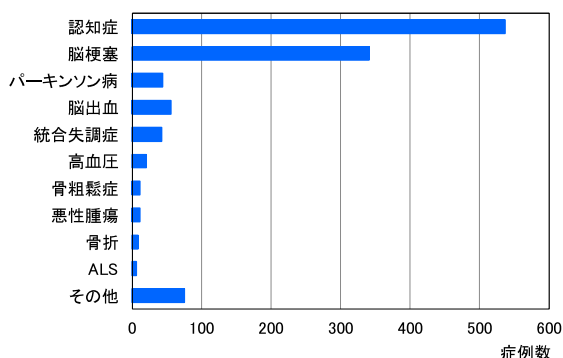
5

当院の外来診療および訪問診療における 摂食機能療法施行患者の年代別新患数 (2011～2019年)



6

当院の訪問診療における高齢(65歳以上)の 摂食嚥下障害症例の主な基礎疾患



7

1. 高齢者に対する食支援

- A) 摂食嚥下機能の評価
- B) 口腔衛生管理(口や義歯の清掃)
- C) 咬合の回復(義歯を作製する事など)
- D) 摂食嚥下リハビリテーションと食支援

8

1. 高齢者に対する食支援

- A) 摂食嚥下機能の評価
- B) 口腔衛生管理(口や義歯の清掃)
- C) 咬合の回復(義歯を作製する事など)
- D) 摂食嚥下リハビリテーションと食支援

9

嚥下障害の原因

器質的障害 (静的)	食事が通過する経路の障害、狭窄、閉塞などで 食物が通り難くなる 腫瘍、外傷、炎症、外科手術後など
機能的障害 (動的)	摂食・嚥下機能をつかさどる神経、筋肉が障害されて、 嚥下の一連の動作が困難になる 脳血管疾患、神経・筋疾患、脳性麻痺など (球麻痺、仮性球麻痺) 抗精神病薬(統合失調症)
心因的原因	うつ病、拒食症、神経性食欲不振

10

どんな症状があるか？

- ・ 飲み込み難い、飲み込めない
- ・ 食事時のムセ(固形物、水分)
- ・ 食後のムセ
- ・ 口腔内の食塊の残留
- ・ 食後の嘔声
- ・ 固形物が食べれない
- ・ 義歯が当たって痛い、義歯が合わない
- ・ 発熱を繰り返す(誤嚥性肺炎の疑い)
- ・ 摂食量の低下
- ・ 体重減少
- ・ 他

11

摂食嚥下の過程のどこに問題があるのか？



12



13

認知障害による摂食行動への影響

認知機能障害	食への影響	認知症症状と問題
記憶障害によるもの	<ul style="list-style-type: none"> いつ食事をしたかわからない 食べる方法や手順を忘れる 	<ul style="list-style-type: none"> 食事の時間を繰り返し聞く 手で食べる、食べ始めない
失認 空間認知障害によるもの	<ul style="list-style-type: none"> 食事器具や食事がどこにあるのか分からない 食べ物だと理解できない 	<ul style="list-style-type: none"> 食器類が上手く使えない 食べない、吐き出す、異食 ケア拒否
言語障害によるもの	<ul style="list-style-type: none"> 食好みを意思表示できない 色々な指示を理解できない 	<ul style="list-style-type: none"> 嫌いな物を口から吐き出す 進められると拒否する
実行機能障害によるもの	<ul style="list-style-type: none"> 社会的に認められない食事時の行動 早食い 食事を口に詰め込む 	<ul style="list-style-type: none"> 盗食 消化器症状(下痢など) 食物による窒息

14

1. 高齢者に対する食支援

A) 摂食嚥下機能の評価

B) 口腔衛生管理(口や義歯の清掃)

C) 咬合の回復(義歯を作製する事など)

D) 摂食嚥下リハビリテーションと食支援

15

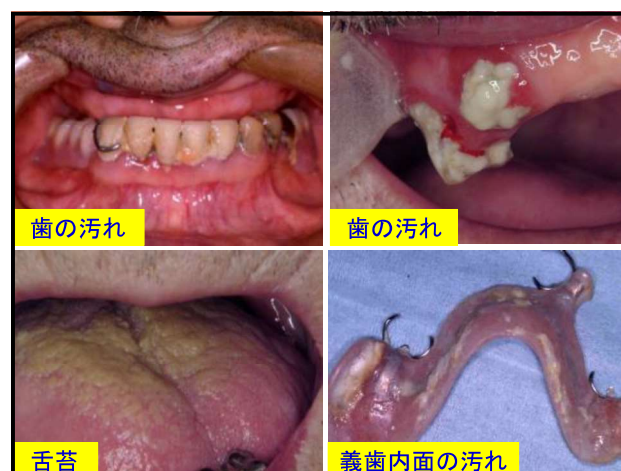


16

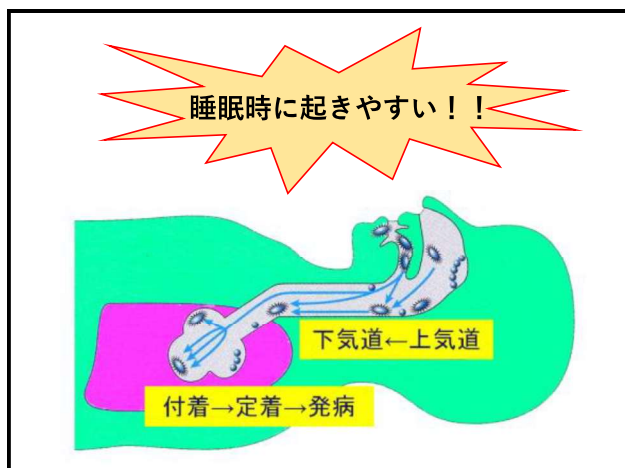
口腔ケアの目的・効果

- * 虫歯・歯周病の予防
- * 唾液分泌の促進
- * 口臭の予防
- * 味覚の維持・改善
- * 認知症の予防
- * 誤嚥性肺炎の予防
- * 口腔機能の維持・回復

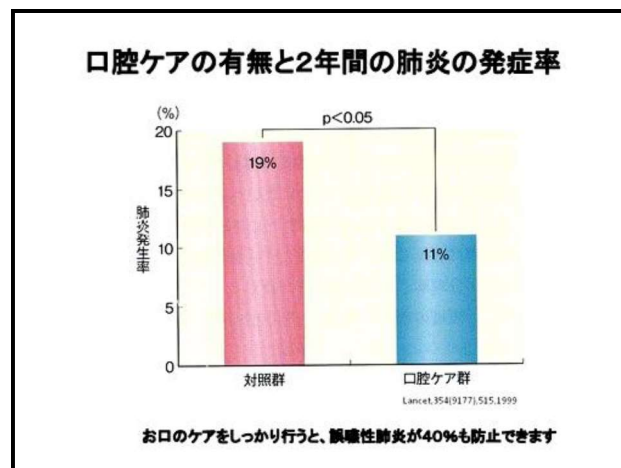
17



18



19



20

1. 高齢者に対する食支援
- 摂食嚥下機能の評価
 - 口腔衛生管理（口や義歯の清掃）
 - 咬合の回復（義歯を作製する事など）
 - 摂食嚥下リハビリテーションと食支援

21



22

- 栄養管理のために咬合（噛み合わせ）の回復が必要な理由
- 咀嚼機能を改善し栄養状態を向上させる
 - 義歯装着による咬合回復の結果、下顎の動きが安定し、特に口腔期と咽頭期の嚥下動作が円滑になる
 - 咀嚼刺激によって中枢系が刺激され、ADL低下の防止、あるいはADLが改善される可能性もある

23



24



25

1. 高齢者に対する食支援

- A) 摂食嚥下機能の評価
- B) 口腔衛生管理（口や義歯の清掃）
- C) 咬合の回復（義歯を作製する事など）
- D) 摂食嚥下リハビリテーションと食支援

26

嚥下訓練

- ・間接的嚥下訓練：食物を用いない訓練
- ・直接的嚥下訓練：嚥下食を用いた訓練
誤嚥、窒息等の危険を伴う

27

間接的嚥下訓練法(例)

- ・ 嚥下体操
- ・ 頸部可動域訓練
- ・ 口唇・舌・頬のマッサージ
- ・ 舌前方保持嚥下訓練
- ・ 頭部挙上訓練(シャキア・エクササイズ)
- ・ ブローイング訓練
- ・ プッシング・プリング訓練
- ・ のどのアイスマッサージ

28

直接的嚥下訓練の進め方

- a. 食形態の工夫
- b. 食事時の姿勢の工夫
- c. 食べ方の工夫

29

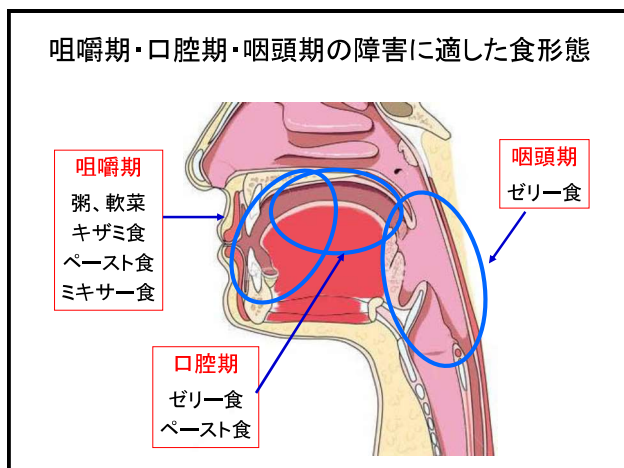
a. 食形態の工夫

嚥下訓練食とは

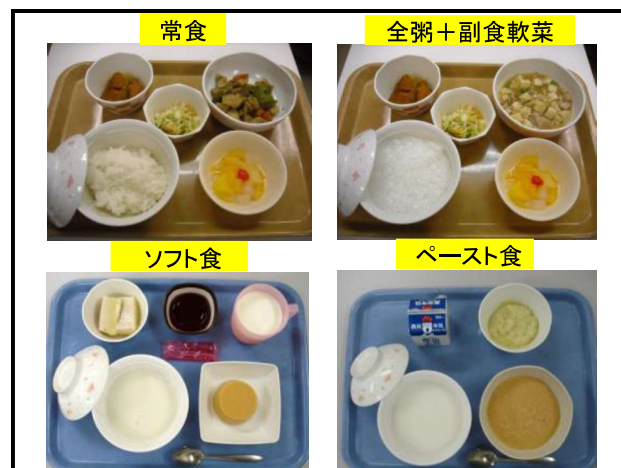
直接的嚥下訓練に用いる食事で、安全かつ食べやすい形態に調理されている。

嚥下訓練食 0j(ゼリー食)～嚥下訓練食 4 (軟菜食)等に分類されている(日本摂食嚥下リハビリテーション学会)。

30



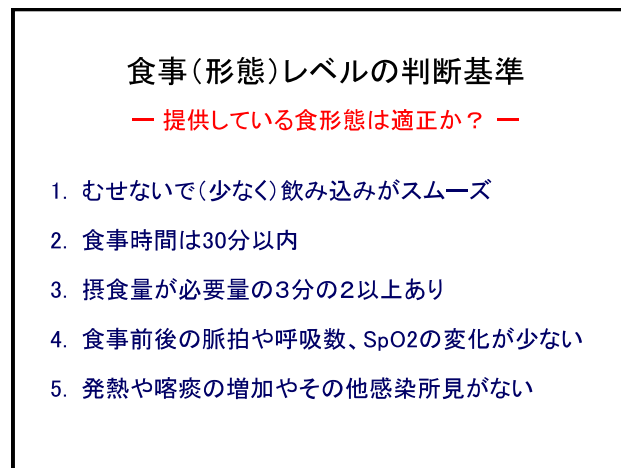
31



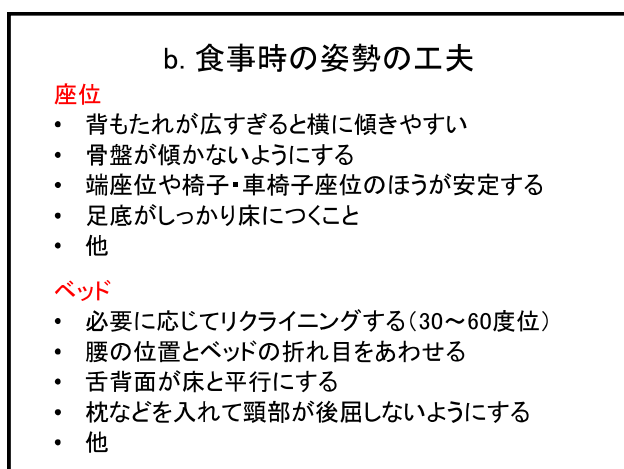
32



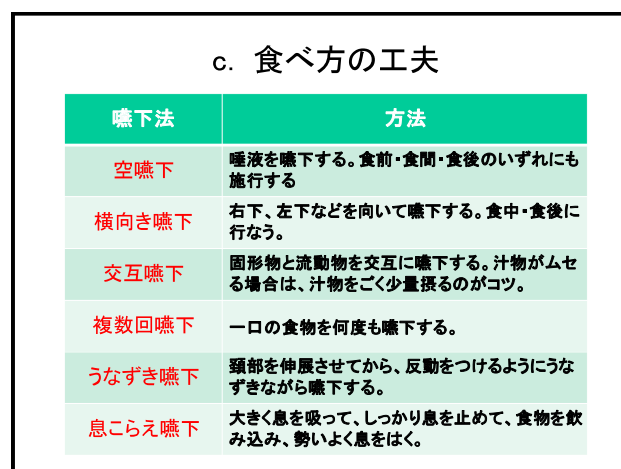
33



34



35



36

経口摂取が困難な症例

1. 食べる意志、意欲がない
2. 誤嚥性肺炎を繰り返す
3. とろみ付き水やゼリーを嚥下できない
4. 経口からでは必要なカロリー、水分が摂取できない

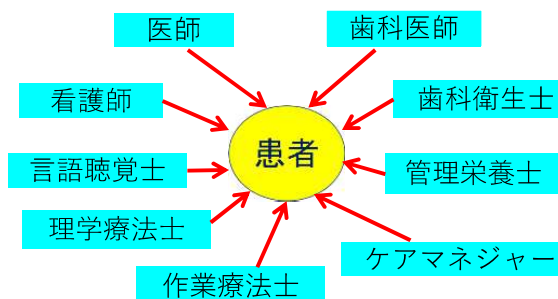
37

本日の講演内容

1. 当院における高齢者に対する食支援
2. 食支援における多職種連携
3. 当院の認定栄養ケアステーションにおける食支援および栄養指導

38

食支援における多職種連携(例)



39

当院の多職種連携の進め方

- 診療の場で、個々の患者さんに対しての連携
- 院内外の多職種を対象とした研修会の主催
- 多職種を対象とした院外の研修会に参加
- NSTやサービス担当者会議などに参加

40

本日の講演内容

1. 当院における高齢者に対する食支援
2. 食支援における多職種連携
3. 当院の認定栄養ケアステーションにおける食支援および栄養指導

41

管理栄養士による食支援&栄養指導

1. 外来通院患者

当院に通院中の65歳以上の高齢者で栄養指導を希望した患者が対象。フレイル評価、口腔機能低下症評価、InBody検査などを施行し、検査結果に基づいて栄養指導を施行。

2. 居宅療養患者

居宅への歯科訪問診療を施行している患者で歯科医師が栄養指導が必要と判断した症例を対象として、栄養評価および栄養指導を施行。

42

フレイルの判定基準

<input checked="" type="checkbox"/> 体重減少 (weight loss)	6ヶ月間で、2～3kg以上の体重減少
<input checked="" type="checkbox"/> 疲労感 (exhaustion)	(ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする
<input checked="" type="checkbox"/> 身体活動の低下 (low activity)	①軽い運動、体操をしていますか ②定期的な運動・スポーツをしていますか 上記いずれもしていないで該当
<input checked="" type="checkbox"/> 歩行速度の低下 (slowness)	通常歩行速度 < 1.0m/秒
<input checked="" type="checkbox"/> 筋力低下 (weakness)	握力 男性 < 26kg 女性 < 18kg

> 0 → 健常 (robust)
> 1～2 → プレフレイル
> 3つ以上 → フレイル



長寿医療研究開発事業
「フレイルの進行に関わる要因に関する研究」班
J-CHS基準

(Fried : CHS index, 2001)

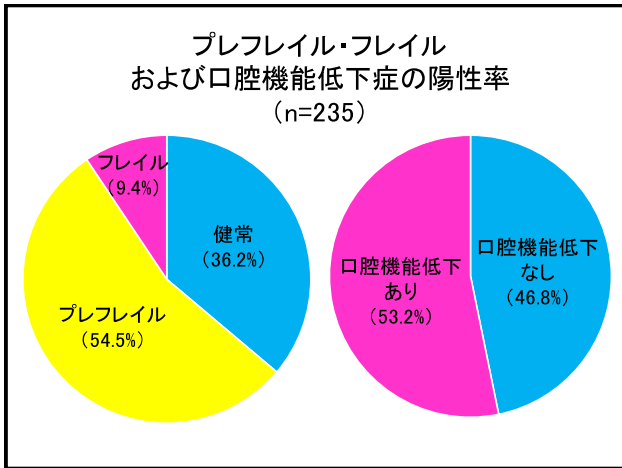
43

口腔機能精密検査項目

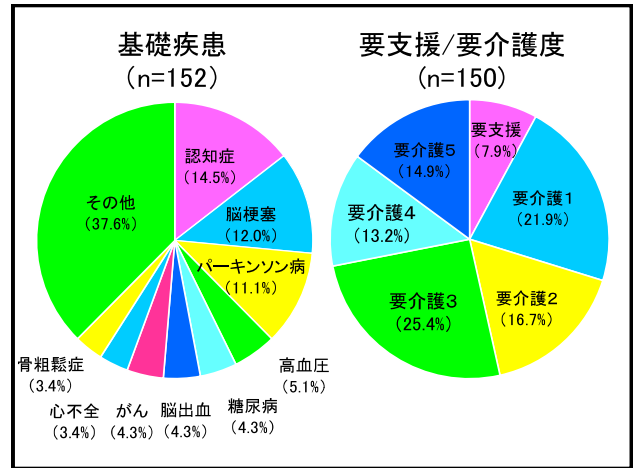
7項目中3項目以上該当
→ 口腔機能低下症と診断

	該当値
口腔内衛生状態不良	舌苔スコア 50%以上
口腔乾燥	口腔水分計で 27.0%未満
咬合力低下	残存歯数 20本未満
舌口唇運動機能低下	Pa、Ta、Ka の発音回数 6回/秒未満
低舌圧	舌圧測定器にて 30kPa未満
咀嚼機能低下	グルコセンサーにて 100mg/dl未満
嚥下機能低下	EAT-10の合計点数 3点以上


44



45



46



簡易栄養状態評価表
Mini Nutritional Assessment-Short Form
MNA®

氏名: _____
性別: _____ 年齢: _____ 体重: _____ kg 身長: _____ cm 調査日: _____

※この欄に調査結果を記入し、それらを印刷してコンピュータでデータを転送する。

A. 過去3ヶ月間で食事摂取、消化器系の状態、そして、嚥下困難などで食事量が減少しましたか?

0 = ほとんど食事量の減少
1 = 中等度の食事量の減少
2 = 重度の食事量の減少

B. 過去3ヶ月間で体重の減少がありましたか?

0 = 3kg以上減少
1 = 1.5kg以上減少
2 = 1.5kg未満減少
3 = 体重減少なし

C. 過去3ヶ月間で歩行速度が低下しましたか?

0 = ほとんどまたは通常歩行速度
1 = 歩行速度が低下しているが、歩いて外出はできない
2 = 歩行速度が低下している

D. 過去3ヶ月間で精神的ストレスや身体的疾患を経験しましたか?

0 = はい
1 = いいえ

E. 栄養・栄養状態の評価

0 = 栄養状態が良好
1 = 中等度の栄養不足
2 = 重度の栄養不足

F1. BMI (kg/m²) (体重(kg)÷身長(m)²)

0 = BMI < 19 未満
1 = BMI 19以上、21 未満
2 = BMI 21以上、23 未満
3 = BMI 23以上

BMIが測定できない方は、F1の代わりにF2に回答してください。
BMIが測定できる方は、F1のみに回答し、F2には記入しないでください。

F2. 6分間歩行試験の結果 (m) : CC

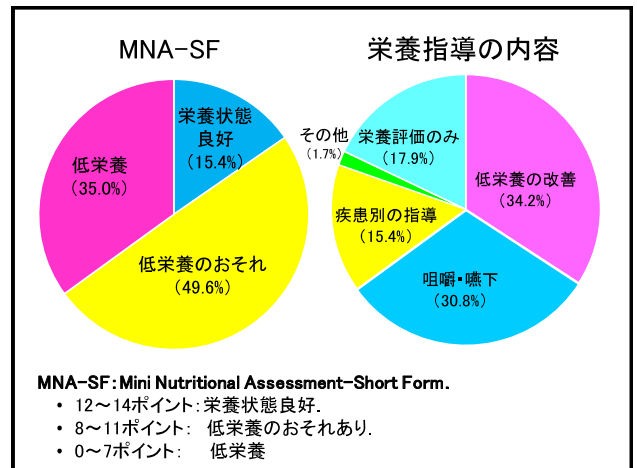
0 = 310m未満
1 = 310m以上

・ 12～14ポイント
栄養状態良好

・ 8～11ポイント
低栄養のおそれ

・ 0～7ポイント
低栄養

47



48

つがやす歯科医院管理栄養士の取り組み

外来業務	訪問業務	地域交流業務
<ul style="list-style-type: none"> 小児栄養相談 離乳食相談 学童期の栄養相談 (MFT) 医療ケア児栄養相談 成人栄養相談 問診表から 患者様の主訴から 口腔機能低下症検査 口腔機能精密検査 InBody測定 簡易骨密度検査 食品摂取頻度スコア (FFS) フレイル検査 食事アドバイス 保健指導 インプラント治療 歯科矯正治療 親子でお菓子作りおよび食育講話 栄養補助食品販 つがやすレター 	<ul style="list-style-type: none"> 訪問同行 主に在宅診療初診時 (再診時)に同行し、 栄養評価 グループホームの歯科 診療に同行し、食形態 についてアドバイス 居宅療養管理指導 (栄養) 介護保険算定 ケアマネージャー、 かかりつけ医と連携 幼稚園歯科検診時の 母親学級講話 その他 学会発表 健康講話依頼 食・栄養に関する原稿依頼 	<ul style="list-style-type: none"> 「まちの保健室」を目指す 疾患別・症状別をテーマにした 料理講習会 口腔、食育を目的とした 「たべる」「はなす」を 歯くむ教室 (0-2歳コース) 歯くむ教室 (マタニティコース) 地域住民の交流の場 みんなのサークル〜つながる〜 口腔機能に合わせた食形態対応食の提供 ※摂食嚥下関連医療資源マップ掲載 運動教室でのinbody測定 医療検査・健康サポート AGE s 食習慣・生活チェック ビジネスランチ NOBU KITCHEN Café サポート

地域に向けた栄養ケアの実践 ～症例を交えて～

認定栄養ケア・ステーション
つがやす
TSUGAYASU



医療法人社団 秀和会
つがやす歯科医院

つがやす歯科医院/
機能強化型
認定栄養ケア・ステーション つがやす

管理栄養士 高松友香

訪問栄養ケア (居宅療養管理指導)

こんなことでお困りではありませんか?

食事のことがわからない
血糖値が高い
肝臓が悪い
コレステロールが高い
透析をしている

大丈夫かな...
腎臓が悪い
血圧が高い
飲み込みが心配

むせやすくなった
今の食事で大丈夫かな
やせてきた
やせたい
など...

管理栄養士・栄養士が
こんなご要望に
お答えします!!

認定栄養ケア・ステーション
つがやす
TSUGAYASU
機能強化型
認定栄養ケア・ステーション

栄養ケア (訪問) サービスについて

専門職である管理栄養士が栄養ケアを行うことで、栄養状態の把握ができて栄養状態の改善により、食生活の質向上が期待できます。その結果、病状が軽くなることや、病状の悪化を予防することができ、病状が軽くなることで、その結果、介護費用の軽減も期待できます。在宅やグループホーム (管理栄養士が常駐していない施設) での栄養ケアのニーズに応じ、栄養指導を行います。

「食べたい」を重視し、「食べること」によって健康状態を改善し、「食べる」ことにより、生活の質を向上させます。

ご利用までの流れ

- ご依頼**
電話、FAX、メールにて、ご依頼・お問合せ下さい。
- ご連絡**
診療日などのご連絡をさせていただきます。ご心配な点等ございましたら、ご相談ください。
- 訪問**
管理栄養士が訪問し、栄養評価を行います。栄養ケアが必要かどうかを判断します。
- 栄養ケア**
毎々の食生活に合わせた対応について情報提供や助言、実演指導を行います。

居宅療養管理指導 介護報酬30分、524単位

訪問栄養ケア (居宅療養管理指導)



訪問栄養ケア (居宅療養管理指導)



水分摂取にとろみが必要な場合

エバスマイルのとろみ飲料は、はじめから 粘度が均質なうすいとろみ付きなので、そのまま飲めて、いつでもどこでも手軽に 水分補給が可能です。

スマイル 1 とろみ付け作業が不要で、すぐ飲める
均質なとろみで水分補給! ホットでも!

スマイル 2 手軽に安全に水分補給!
選べる4品のラインナップ

エバスマイルのとろみ飲料は、のどをゆっくりと流れるため、むせにくく水分補給ができる商品です。ガラスコップに移しても液体の透明度が高く、ご家族やご友人との会話の場でも違和感なくご使用できます。

電子レンジは機種により温まり方が異なりますので、10秒ずつ様子を見ながら50℃を上限に加熱加熱し、よくかき混ぜてください。容器のままでの湯煎はしないでください。

エバスマイルのとろみ飲料は、全て「薄いとろみ」商品です。



つがやす歯科医院管理栄養士の取り組み

外來業務	訪問業務	地域交流業務
<ul style="list-style-type: none"> 小児栄養相談 離乳食相談 学童期の栄養相談 (MFT) 医療ケア児栄養相談 成人栄養相談 問診表から 患者様の主訴から 口腔機能低下症検査 口腔機能精密検査 InBody測定 簡易骨密度検査 食品摂取頻度スコア (FFS) フレイル検査 食事アドバイス 保健指導 インプラント治療 歯科矯正治療 親子でお菓子作りおよび食育講話 栄養補助食品販 つがやすレター 	<ul style="list-style-type: none"> 訪問同行 主に在宅診療初診時 (再診時) に同行し、 栄養評価 グループホームの歯科 診療に同行し、食形態 についてアドバイス 居宅療養管理指導 (栄養) 介護保険算定 ケアマネージャー、 かかりつけ医と連携 幼稚園歯科検診時の 母親学級講話 	<p>「まちの保健室」を目指す</p> <ul style="list-style-type: none"> 疾患別・症状別をテーマにした 料理講習会 口育、食育を目的とした 「たべる」「はなす」を 歯ぐくむ教室 (0-2歳コース) 歯ぐくむ教室 (マタニティコース) 地域住民の交流の場 みんなのサークルへつながる～ 口腔機能に合わせた食形態対応食の提供 ※摂食嚥下関連医療資源マップ掲載 運動教室でのinbody測定 医療検査・健康サポート AGEs 食習慣・生活チェック ビジネスランチ NOBU KITCHEN Café サポート
	<p>その他 学会発表 健康講話依頼 食・栄養に関する原稿依頼</p>	

複合施設つがハウス (まちの保健室)



2020年8月
つがやす歯科医院
近隣に開設

複合施設つがハウス とは

地域交流の場であり、
健康な方から幅広い悩みを持つ方が
くつろげる場所「**まちの保健室**」



地域交流の場

- 各種イベントを開催
⇒ 離乳食教室、料理講習会など



食事を楽しむ場

- カフェではアレルギーや食形態などに
個別対応し、同じ空間で食事を楽しめる



**年齢や健康状態等に関わらず
平等に楽しめる時間と空間を目指す**

口腔機能に合わせた食形態対応食

在宅で過ごしている療養者とご家族がランチを楽しむ。

Mさん 70歳 男性

既往歴
高血圧 2型糖尿病 軽度認知機能低下
平成13年 パーキンソン病発症



要介護5 (障がい高齢者日常生活自立度B1)
(認知症高齢者の日常生活自立度IIa)
食形態 学会分類コード3程度 (歯科医師による評価)
うすいトロミ必要 (コップ利用可)
栄養補給法 経口摂取と胃瘻を併用 (一部自力摂取可)

自食は日により変動あり。食べる意欲が強く、詰め込み食べや嘔まない傾向であるが、声かけをすればやや改善が見られる。
介護者の妻は献身的で、様々な食事の工夫をしている。
妻は遠慮して自分の食事を隠れて食べることがある。

つがハウス カフェにて 食形態対応食提供に至るまで

2018年 つがやす 歯科 初診	むせがあり、嚥下機能が心配なので診て欲しいということで ケアマネージャーより当院に依頼。その後外来診療を経て訪問歯 科診療へ移行、およそ週一回のペースで現在も継続。
要望	本人より「ステーキが食べたい」という強い要望。
連携	ご家族・ケアマネージャーと連携し、当院の歯科医師、歯科衛生 士、看護師、管理栄養士で摂食嚥下機能、身体状況などの情報共 有を図った。
実現	2021年2月 つがハウスにてコース料理を提供。

コース料理内容 (全7品)





主な料理の工夫

料理	工夫点 など
温野菜のサラダ (チリソース・チーズソースがけ)	野菜は彩りやテクスチャーに考慮し、芽キャベツ他6種の野菜を、デリソフター(GIFMO 電気圧力鍋)で柔らかくした。 ソースはとろみをつけ、食べやすくした。
コーンスープ	じゃがいもで粘度をつけ、飲み込みやすくした。
タラのホイル蒸し	嗜好にあわせ唐辛子を加え、ゆずあんをかけてまとまりやすくした。
牛ステーキ	ミスジ肉を使用、やわらかアップ(味の素)に付け、デリカッター・デリソフターでほぐれる食感にした。



Mさん・ご家族の反応

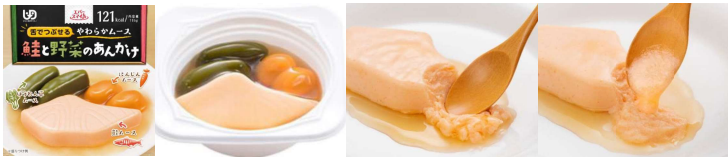
- この日をずっと楽しみにしていた。
- ステーキは、家での調理が難しく、また介護食を提供している飲食店もなく、食べさせてあげられなかったため、今回食べることができて良かった。
- 一緒に外食を楽しめたことが嬉しかった。
- 本人より「おいしかった」「次はうなぎが食べたい」



- ★車椅子で来店ができる
- ★食形態対応の食事が楽しめる
- ★窒息など緊急時に対応できる



エバースマイル ムース食(28種類)商品特長



- ①舌でつぶせる柔らかさで形がしっかりある【食事としての認知】
「見た目の彩り」と「具材ごとの風味」が味わえる
- ②物性の手元調整が可能【体調に合わせた対応が可能】
舌でつぶせる固さで、調味液と和えると、より柔らかくすることができる
- ③飲み込みやすい物性【誤嚥対策】
とろみのついた調味液で食塊形成しやすく飲み込み易い物性
- ④そのまま食べられるカップ入り【手間削減】
調理に手間がかかるムース食が手軽に味わえる(電子レンジにも対応)



在宅の介護食はタンパク質摂取が重要

食材のひとつとして活用



お餅が食べたい…というリクエスト

お餅を提供したいけど・・・窒息のリスクが・・・



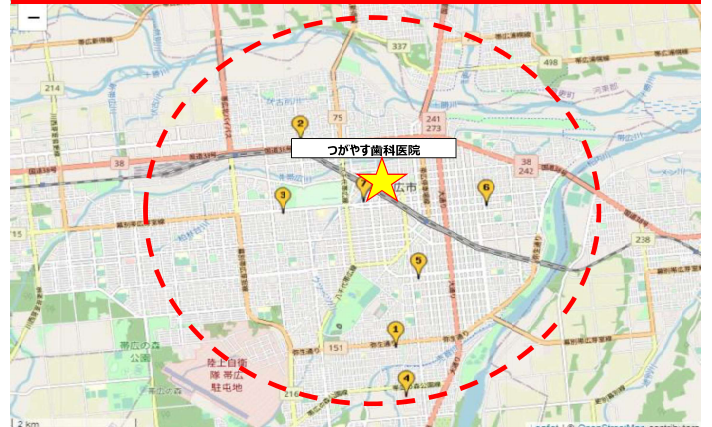
白玉粉を使用したお餅風ムースを開発
お餅に比べ付着性が低く舌で簡単につぶせる柔らかさ
お餅が食べたい…というリクエストの一助に

- ◆商品
・味：①みたらし ②あんこ
・賞味期限：製造より9ヶ月 常温保存



在宅の介護食は入手しやすいことも重要

近隣のドラッグストアや小売店で、ご購入可能店舗が増えている

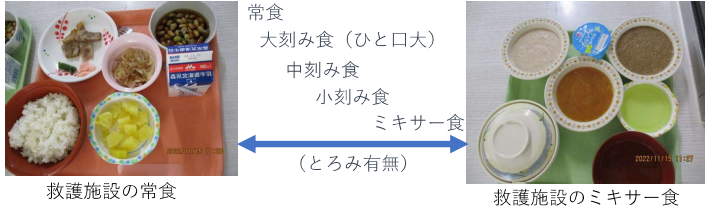


レクリエーション事業で食形態対応食

救護施設のレクリエーション事業として入所様がランチを楽しむ。

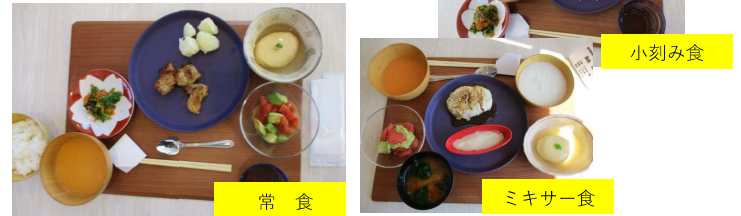
(※救護施設：身体や精神に障害があり、経済的な問題も含めて日常生活をおくるのが困難な方々が健康に安心して生活するための施設)

障がいの度合いに関わらず
同じ空間と時間で食事を
一緒に楽しむ



レクリエーション事業で食形態対応食

- 鶏肉の照り焼き (付) こぶき芋
- 豆腐しんじょ
- 長芋のグラタン
- トマトとアボカドのサラダ
- 人参とほうれん草のごま和え
- 和風の人参ポタージュスープ
- ご飯
- デザートフルーツようかん



レクリエーション事業で食形態対応食

救護施設の食事のときは、ほとんど開口せず、全介助の食事は手間がかかりながらなんとか半分を食べる。

「おいしい」と言葉に出してくれて、自分から口を開けて、次の一口を要求する姿も見られた。摂取量はミキサー食の8割以上を食べられた。



つがハウスを出られる時には、手を振ってくださり、「またね」と一言。施設職員は「こんな姿を見たことない！」というコマもありました。



地域に向けた栄養ケアの実践

「いつまでもおいしく食べる」を生活支援する

年齢や疾病の有無に関わらず来院される歯科医院では、**妊娠期の食事から乳幼児の離乳食、小学生の食生活介入、生活習慣予防および重症化予防、フレイル予防、**何らかの原因に基づく**摂食機能障害**など多種多様な関わりがある。今後、管理栄養士は「**食べるための口腔**」の学びが必要になってくる。

管理栄養士
ココにいます!!



「歯科」と「栄養」が連携した食支援によりすべてのライフステージに対して「いつまでもおいしく食べる」支援を続けていきたい。

ご清聴ありがとうございました。