

五感に響く食事

～先行期をもっとも大切にした嚥下食～

施設名：医療法人 あいち診療会 あざいリハビリテーションクリニック

発表者：福宮智子（管理栄養士）

嚥下食をどうイメージされるでしょうか？イメージは決して良いものではなく、ドロドロとした一見何か分からないものを想像される方が多いかと思われます。それではよく罰ゲームに使われるやみ鍋を食べさせられているようなもの、そう思うようになり嚥下障害を持っている方にこそ「これから食べようとするものが何かわかる食事」を作りために、何点かの技術を用いて提供することにしました。

一点目は、フレンチの技法をとり入れたムース食です。一つずつ食材を入れてミキサーで調理するため食材に空気が含まれ、食べたときに空気が鼻に抜け食材の香りを感じることができます。ソースはかけずに器に敷いて、いかにもフランス料理を食べているかのように盛り付けています。オリーブオイルが入っているため便秘予防、アルツハイマー病の脳の炎症の抑制も期待できます。

二点目は本来の形、味を変化させずに、ババロアやプリンのような硬さにすることが可能な凍結含浸法を用いた酵素食です。

今年のお正月には酵素食だけでおせちを作りました。レンコンの形もそのまま残すことができました。

また、当クリニックでは、厨房職員がケアワーカーとして働き、食事介助も入浴介助もしております。名前だけは知っている、では思いを込めることができません。食べる人の顔、身体状況を思い浮かべながらの食事作りで、野菜の切り方一つずつから変わってきました。

症例1 脳梗塞後遺症により、嚥下障害があり胃ろうを増設。口から食べたい意思がとても強い方なので、楽しみ程度の食事を許されておられます。筆談にて食べたいものを書いていただき、家でよく食べられているものを家人から聞き取りました。

嚥下評価を踏まえ、それに該当するムース食、酵素食を提供したところ、退所何日か前に「食べたくない」と拒否をされてしまいました。体調が悪いわけでもなく、是と言った原因もみつきりませんでした。翌日、気分転換に好物をお出しすると、いつもよりも更に送り込みも早くなり、ご本人も満足げでした。その後は従来通りのムース食と酵素食に戻しても拒否なく食べて頂きました。

症例2 いつも閉眼されており、全介助している方です。薬物などは薬先のみ軟菜食でないと食べられません。食事が進まない時があり、家の方に聞いてみると「おばあちゃんは、どうやら私達の声で判断して口を開くことがある」、せんべいや漬物を噛む音が好きだと言われました。早速、間にたくあんを食べていただくと、パリパリととてもいい音をさせて食べられ、その時の食事はよりスピードアップしました。それからは介助者ができるだけ声をかけ、音の刺激を与えるようにしました。

このように、「食べたい」と思うもの、思えるものならかなりの範囲まで食べられ、思いもよらない能力を発揮することができます。人間は「食べたい」と思うと、脳の反応が嚥下の諸器官に影響を与えます。そこから、唾液の分泌が促進されたり、口の構えを作ったり、嚥下反射を起こしやすくします。「食べたい」と思うものでなければならぬのです。それでは、本人の意のままに好きなものだけを提供すればいいという結論になるように思われますが、摂食嚥下能力を最大限に引き出せるもの、それは見た目、香りやにおい、味付け、音など五感に響くものであったり、嗜好や長年の食習慣であったり、また、心身の状態であったりとさまざまです。その中で本人にとって快適で、医学的に安定したものをいち早く見つけすすめていくべきだと思いました。どうすれば食べて頂けるかと謙虚な気持ちで本人や家族への聞き取りや、食事介助を自らしながら一つ一つ真剣に向き合えば、自ずと解決の糸口を見つけることができると確信しました。

また、家庭では蒸す、すり下ろす、裏ごすといった調理動作の利用は敬遠されます。その点も踏まえた介護者を把握した現実的な対応が次なる課題だと思いました。

これからも、患者さんがどういう気持ちでいるかどうか、このヒントを見逃さないような感受性豊かな栄養士でいたいと思います。