

8-8

嚥下体操を活動に取り組み実施した結果と効果

東堀切在宅サービスセンター

発表者：木村 香織	共同研究者：小松 春美
所在地：東京都葛飾区東堀切 2-28-6-101	
TEL：03-3838-8591	E-mail：horikiri-day.sc@jinseisha.jp
FAX：03-3838-8590	URL：http://www.jinseisha.jp

今回の発表の施設 またはサービスの 概要	当センターは平成3年4月に開設し、平成14年4月1日からは葛飾区より仁生社へ事業主体が移管されました。法人のモットーである「みんなのしあわせとおもいやり」を胸に高い専門性とあたたかいハートが伝わるサービスを提供して行きたいと考えています
----------------------------	--

<p>〈はじめに〉</p> <p>当センターでは活動中や食事中にむせる方や誤飲しそうになる方を見かけることがあり、健康維持のために体操などを行っていたが、嚥下機能向上の項目については、簡単な発生練習だけだった。嚥下機能向上および合併症予防の為に嚥下体操を体操のプログラムに組み入れ実施した結果、効果が見られたため報告する。</p> <p>〈経 過〉</p> <ul style="list-style-type: none">・嚥下体操開始前にアンケート調査を行い、その後も3ヶ月ごとに1年間かけてアンケート調査を実施。・連日昼食30分前に嚥下体操を実施。・体操を実施し、変化が見られない方には嚥下体操のプリントを配布。	<p>〈効果・結果〉</p> <p>始めは嚥下体操についての理解が乏しかった為、体操実施前にその都度説明し、それによって必要性を深めることができた。</p> <p>体操開始前のアンケートの結果、「食事や水分を問題なく飲みこめる方は48%、飲み込みに違和感がある方は39%、うまく飲み込めない方は13%」と全体の52%の方が嚥下について問題を抱えているとわかった。</p> <p>体操開始から3ヶ月・6ヶ月と、経過していく中で、中には機能が低下したという方も見られたが、機能が向上した、良くなったという方が徐々に増え、効果が見られたことがわかった。</p> <p>〈まとめ〉</p> <p>嚥下体操を継続することで食べるという喜びを持ち続けられ、合併症も予防することができる。しかし中には神経障害などにより悪化された方もいたため、機能低下を認識する前に体操を開始し、継続することが重要であると実感した。</p> <p>〈反省・今後の取り組み〉</p> <p>嚥下体操時はリーダーが1人、補佐が1人の為、全員へは体操が浸透しづらい傾向にある。家族の協力を得る為プリントの配布を行なったが、理解し得ない部分もあり、自宅での実践が難しいと判った為、講習等の機会を増やすなどして、サポートの仕方を家族も含め更に工夫していかなければならない。</p>
--	---

【メモ欄】