

7-7

主題 目にもおいしい介護食の取り組み

介護食

副題 ～のどにスムーズ、目にもおいしい、栄養吸収バツグンです～

研究期間 12ヶ月

事業所 特別養護老人ホーム いなぎ正吉苑

発表者：手塚 順子（てづかじゅんこ）

アドバイザー：氏名古手川 美香（こてがわみか）

共同研究者：

電 話 042-331-2001

メール m-nawano@shoukichi.org

FAX 042-331-2004

URL

今回発表の
事業所や
サービスの
紹介

稲城市に3か所ある特別養護老人ホームの1つです。地域に根付いたトータルサービスを目指し、特養短期入所サービス・通所サービス（認知症含む）・訪問介護サービス・訪問入浴サービス・訪問看護・居宅サービスを提供しています

《研究前の状況と課題》

病院や施設での食事は、食事形態が常食・刻み・極刻み・ペースト食が一般的で、咀嚼・嚥下障害のある方には適していると考えていた。しかし微塵に刻まれた食事やどろどろのペースト食は乳幼児とは異なり、高齢者にとっては食べ続けなければならない。家族や医師から、見た目に何か分かる食事の提供はできないかとの声が挙がり、病院などでソフト食やプリン食などが提供され始まった。しかし医師不在の重度高齢者施設ではソフト食・プリン食の導入には技術面・人手などの事情で踏み切れない現状がある。嚥下困難者にはペースト食が口腔内に付着し、むせこむことが多くみられた。むせこむ高齢者は顔を赤くし苦しい様子であり、むせることのできない人は食べながら涙を流すことも見受けられた。食事を安全に楽しんでいただくために食事形態を検討した

《研究の目標と期待する成果》

食事時の喫食者の「むせ」を減少させることを目標とし、咀嚼・嚥下困難者を対象に、口に付着しにくい・食塊形成しやすい・舌で潰せる硬さ・喉への移送がしやすい条件を満たす食事提供で食事中・水分摂取中の「むせ」を改善することを期待して介護食の提供に取り組んだ

《具体的な取り組みの内容》

1、対象者：ペースト食を食べている方

粥のペースト 18.7%

副食ペースト 20.3%

2、状況分析：食事状況として舌の動きあるが、噛めずに飲み込んでいるので、極刻みだと粒でむせこむことが多いためペースト食を提供している。

粥のペーストは特に口に付着する為、確実に飲み込んでいるか、1口の量が多くなかに注意する必要があるが、誤嚥を防ぐ為にはある。また食事中に唾液が混ざってくると水分が分離してくることでむせがみられる。

3、具体的取組：

① 主食（粥のペースト）を固める。毎食エネルギーを補うため粉あめを付加している

② 副食（主菜）を固める（昼食）
蛋白質・エネルギーを補う為プロテイン・オリーブオイル・粉あめを付加している

③ 毎食副菜を固め、固める品目を増やす

4、方法：厨房にてトロミ剤を活用しプリン状に固め提供した。喫食状況を厨房職員が確認するとともに介護食員に固さ等対象者に適しているか確認した 今年度に入って昼食時介護食も介護食員が検食し、意見感想を聞き今後の資料にしている

《取り組みの結果と評価》

1、「むせ」の原因は液体である。粥をペーストにしたものは食事を続けているうちに唾液で粥が分離、水分でむせを起こし易い

2、粥のペーストを固める際固すぎると飲み込みにくいのでプリン状にし、唾液で分離しない凝固材を探し使用した

3、短期間ではむせが減少した実感無かったが、現在は食事中咳き込む姿が少なくなった。

4、魚のペーストは肉のペーストに比べ食物繊維を舌に感じるがトロミ剤を使うことで改善されている。

5、介護食を始めペースト食を食べている人の家族から見た目綺麗である等の声が聞かれるようになった。

6、喫食者・介護食員の意見を調査し、好評であった

《まとめ》

介護食の取り組みは介護食員・看護リハビリ職員等が連携し行なっているので成果が得られたと思う。厨房職員だけでは喫食者の状況を観察し検討しても限界があり、実際介護している職員の意見の大切さを痛感した。また介護食員の意識の中に形あるものは「硬い」と考えると知り検食を行い提供している食事についても共通の情報として共有することの必要性を痛感できた。

《提案と発信》

介護食の取り組みは高齢者施設では多く行われていると思う。実際当施設でも成果を上げることが出来更に改善に繋がっていきたいと考えている。低栄養の改善にも食べ易い食事は効果有と考えられる。また極刻みについても形化を勧めている。口腔へ刺激が少ないペーストに比べ極刻みは粒の刺激があり、口の動きを維持知るのにも効果が期待できると考えている。

【メモ欄】追加資料 有 無

注：参加者が自由に記入できるスペースです。空欄のまま提出下さい。