

1-10		主題	特養ホームにおける健口体操の効果について	
機能的口腔ケア		副題	健口体操を日常的サービスとして定着させるために	
嚥下内視鏡検査				
研究期間	30ヶ月	事業所	世田谷区社会福祉事業団特別養護老人ホーム芦花ホーム	
発表者：那須康樹 市川龍太郎 代表者：那須康樹（なす こうき）			アドバイザー：高橋浩二（昭和大学歯科病院）	
共同研究者：笹嶋正章 桐原仁子（世田谷区歯科医師会）玉田清朗 瀬戸隆幸 並木祐太郎 保坂和美 渡辺三恵子				
電話	03-5317-1094	メール	rokaj@setagayaj.or.jp	
FAX	03-5317-1090	URL	http://www.setagayaj.or.jp	

今回発表の事業所やサービスの紹介	芦花ホームでは、利用者一人ひとりへの個別ケアを重視し、食事、入浴、排泄など日常生活の介助、機能訓練、健康管理等、生活全般を支援している。また、ボランティア活動の支援、介護技術等講座の開催、教育機関との連携、福祉人材の育成など、多角的な交流を通して、区立施設として地域社会へ貢献しており、特に看取り介護、口腔ケア、認知症ケアに力を入れて取り組んでいる。
------------------	---

《研究前の状況と課題》

器質的・機能的な口腔ケアは、平成18年の介護保険改定以来介護サービスの中で重要な位置づけがなされた。口腔は摂食、嚥下機能のみならず、社会活動性、コミュニケーション能力、健康維持等QOLの維持、向上に欠かせないものであるから、あらゆる場面で「口腔機能向上」を取り入れる必要のあることは論を待たない。

しかし介護老人福祉施設にとって、機能的口腔ケアに重要な役割を果たす「健口体操」が入居者にとって日常的サービスとなっていない現状がある。

当施設では医務室配置医をはじめマンパワーがそろっており、積極的に多職種連携による取り組みを実施してきた結果、非常によい効果が得られた。これを紹介し、サービス実施後の効果を検証することにより、多くの介護老人福祉施設で必要なものと認識してもらえれば、「健口体操」が広く日常的サービスとして制度に取り入れられるのではないかと考えた。

《研究の目標と期待する成果》

介護老人福祉施設の入居者が継続的に健口体操を行う事は、口腔機能の維持、向上へと繋がり、摂食・嚥下機能のみならず、肺機能、構音機能、コミュニケーション能力を向上させるものである。ひいては社会活動性が高まり、生活の幅を広げ、生活の質の維持向上となる。

平成20年9月より特別養護老人ホーム芦花ホームでは、歯科衛生士、介護士、看護師等多職種共同からなる口腔プロジェクトチームにて、健口体操への取り組みとサービスの提供、評価を行い、口腔、嚥下機能への効果の検証をおこなってきた。

経口維持計画（I）が対象となる重度の嚥下障害をかかえる入居者を対象として、個別のニーズにあった健口体操を提供しながら、嚥下内視鏡による検査の画像を使用して個々の症例検討をし、機能の改善をはかった。

《具体的な取り組みの内容》

全体の健口体操は入居者の 100 名に対し、1 日 1 回昼食の前又は後に行っている。そのうち健口体操のできる要介護度別中度（2～3 該当）グループ 10 名と要介護度別重度（4～5 該当）グループ 10 名を対象に評価を行った。初回評価は平成 20 年 9 月～平成 22 年 9 月の間、健口体操を実施する直前に行った。その後平成 22 年 9 月～平成 23 年 3 月までの間は 3 ヶ月毎に実施した。要介護度別中度のグループ、対象者の平均介護度は 2.3、平均年齢は 89 歳、であった。要介護度別重度のグループ、対象者の平均介護度は 4.3、平均年齢は 89.5 歳、であった。口腔機能調査項目は①オーラルディアドコキネシス②反復唾液嚥下テスト③発声の持続時間である。

個別での健口体操は、経口維持計画（I）のサービス提供の対象となる入居者を対象に、ホーム医師、歯科医師による所見と指示のもとに計画し、個別の健口体操をおこなっている。その中の 1 症例について報告する。88 歳女性、介護度 4、現病歴：アルツハイマー型認知症（H17）、既往歴：誤嚥性肺炎（H17）、洞性徐脈（EKG 上）である。平成 22 年 9 月 15 日の嚥下内視鏡所見で喉頭侵入は認められないが喉頭蓋谷に残留が認められ、発声を中心に健口体操を行うべく指示があった。そこで個別の健口体操にて発声を促し、日常生活の中では平成 22 年 9 月より平成 23 年 3 月までの 6 ヶ月間、歌を唄う時間を多く設けた。

《取り組みの結果と評価》

全体の健口体操において、要介護度別中度のグループでは初回評価平均値と 6 ヶ月間の平均値の比較で、オーラルディアドコキネシス「ぱ」「た」「か」において数値の増加が確認された。反復唾液嚥下テスト初回評価では、空嚥下が 1 回＝4 名、2 回＝3 名、3 回＝0 名であったが、平成 23 年 3 月の評価では、1 回＝10 名、2 回＝5 名、3 回＝1 名行う事ができた。要介護度別重度のグループでは、オーラルディアドコキネシス「ぱ」において小幅な数値の増加、「た」「か」においては数値の変化は確認できなかった。反復唾液嚥下テスト初回評価では、空嚥下が 1 回＝5 名、2 回＝3 名、3 回＝0 名であったが、平成 23 年 3 月の評価では、1 回＝10 名、2 回＝7 名、3 回＝3 名、行う事ができた。発声の持続時間においては 6 ヶ月間の平均数値は、初回平均数値よりも、数値の向上が確認された。個別の健口体操を行った症例、88 歳女性で 6 か月後平成 23 年 3 月 23 日内視鏡検査所見では、咽頭部の唾液貯溜はなく、嚥下、声帯の動きの改善が確認され、誤嚥、喉頭侵入は認められなかった。現在も継続して個別の健口体操を実施している。

特養ホームにおいて多職種連携のもとに入居者に健口体操を毎日継続して実施し、良い結果が得られた。歯科医師会と大学の協力で嚥下内視鏡検査を実施することにより、紹介した 1 症例のように個別の問題点が明らかになり、改善につなげることができた。

《提案と発信》

入居者が口腔機能、身体機能を長期間維持する事はとても難しい事である。しかし、健口体操を毎日継続的に行なっていく事により口腔機能身体機能の維持に繋がる事が示唆された。今後も、入居者に適した健口体操のプログラムを日常的サービスとして提供し、介護老人福祉施設における新たな指標を示して行きたいと考えている。

【メモ欄】