

9-3		主題	健口体操と機能訓練を実施することによる可能性	
健口体操		副題	誰もが願う『昔みたいに・・・』をどのようにサポートするか	
口腔機能				
研究期間	24ヶ月	事業所	通所介護・デイホーム芦花	
発表者：谷 義幸（たに よしゆき）			アドバイザー：東京都世田谷区歯科医師会 笹島 正章先生	
共同研究者：①福田 里実②大曾根 由香				
電話	03-5317-1091	メール	y_tani@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	平成7年運営開始。通所介護(介護予防含む)40名認知症対応型通所介護12名の大規模な施設で、農園や遠足等のアクティビティーから機能訓練や口腔機能向上に力をいれている。午前午後ともに2～3のプログラムを設定し、利用者を選択していただくが、それ以外にも趣味の部屋や憩いの場を設け、自分らしく過ごしていただいている。
------------------	---

<p>《研究前の状況と課題》</p> <p>機能訓練計画書や口腔機能等計画書を作成時において利用者に目標や希望等を聞く場面がある。そこで『昔のように健康で散歩や旅行・・・美味しいものを食べ歩きたいな』というような利用者の切なる思いを良く耳にしていた。そのような願いを事業所としてどのように実現していくか？単に目標だけを掲げプログラムを施行してくのか問題となった。そこで、既存のプログラムの中で試行している、機能訓練プログラム及び口腔機能向上プログラムに着目し、機能訓練プログラムのみアプローチで良いのか、口腔機能向上プログラムのみアプローチで良いのか、それとも両方を同時に行う事による効果を狙うのかという課題があがった。</p>
--

<p>《研究の目標と期待する成果》</p> <p>機能訓練プログラムと口腔機能向上プログラムを行う事により、機能訓練プログラムのみと、口腔機能向上と併用プログラムの場合とで、併用プログラムを施行することにより評価が変化することを期待して取り組む。また約2年に及ぶ評価で利用者の機能的低下よりも機能的維持を期待した。利用者が自由に行動でき、口腔機能の改善により大好きな食べ物を摂取できることを期待する。</p>
--

《具体的な取り組みの内容》

機能訓練プログラムと口腔機能向上プログラムを実施している方2名と機能訓練のみ実施している方から2名を選択。機能訓練は転倒予防体操及びマシントレーニングを実施。口腔機能向上プログラムは健口体操及び口腔ケアと歯科衛生士による口腔内チェックを実施した。期間は2年間。午前中に機能訓練を行い、食前には健口体操、食後に口腔ケアを実施。機能訓練及び口腔機能の評価に関しては3カ月に一度評価をした。

- ① 機能訓練プログラムは東京都老人総合研究所のマニュアルを基に実施。
- ② 口腔機能向上プログラムは、助言を東京都世田谷区歯科医師会 芹沢 直記先生を中心にしていただき、歯科衛生士と介護職員及び看護職員で健口体操マニュアルを作成。食後の口腔ケアに関しては、一目で義歯及び磨き残し等が多いかのポイントを誰が見てもわかるように歯ブラシに工夫をする。また歯ブラシの衛生管理から高齢者の口腔ケアの意義等についても芹沢 直記先生にレクチャーしていただく。また義歯等の不具合や虫歯等口腔内の問題に関しては積極的に歯科受診を勧めた。

《取り組みの結果と評価》

機能訓練プログラムのみ利用者について

- ① 評価に関して変化はほとんどなく、数値上機能的維持がなされていた。
- ② ADLの変化については特に変化はみられていない。

併用プログラムの利用者について

- ① 評価に関して変化はほとんどなく数値上機能的維持がなされていた。
- ② しかしA氏に関して、プログラム実施時は杖歩行であったが徐々に歩行機能が向上し、現在杖が無くても歩行が可能となり、自宅周辺の散歩から家族との外出等を過ごす事ができている。

また、A氏・B氏は口腔に関して積極的に医療機関へのアプローチ等がなされた結果、義歯の不具合を修正し、刻み食から常食へと移行。食べる楽しみが増えたとの結果になった。

数値的な変化は目立ってなかったが、ADLの変化が結果として表れてきた。

《まとめ》

口腔改善プログラムと機能訓練プログラムを併用することにより数値的变化は大きくなかったものの、ADL改善があった。

今後は数値による変化と併用し、ADLの変化についても数値として評価できるよう取り組めるものを確立していきたい。

《参考文献》

東京都老人総合研究所 介護予防マニュアル

《提案と発信》

通所介護事業所において、口腔機能向上について口腔ケア等のみでなく、歯科医師や専門職による取組を普及させ、誤嚥性肺炎等のリスク軽減や食の楽しみを取り組めたらと考える。

【メモ欄】