

主題 : “とろみ氷”を用いた直接嚥下訓練の経験

副題 : 安全で効果的な直接嚥下訓練の試み

施設名 : 介護老人保健施設 グリーンピース

発表者 : 木下 裕介 (きのした ゆうすけ)

職種 : 作業療法士

協力者 : 近藤修六 (歯科医師)、大森雅一 (内科医)、上濱可奈子 (管理栄養士)

【はじめに】当施設は「お口から介護」を基本理念とし、リハでも直接嚥下訓練を実施している。今回は、当施設での“とろみ氷”を用いた直接嚥下訓練の取り組みを報告する。

【具体的取り組み】イオン飲料に増粘剤を入れ、とろみをつけたものを、一口分 (約 4cc) 程度の大きさに凍らせ、“とろみ氷”とし、直接訓練の食塊として用いた。

対象は、老健入所中で直接訓練適応の 7 名 (平均年齢 84.9 歳、平均介護度 4.7、摂食・嚥下障害の重症度 Gr.2~3) で、個別リハの訓練時間に実施した。

氷片 1 個に対し、1 回以上の嚥下を促し (“1 対 1 嚥下”と呼ぶこととする)、嚥下が惹起する確率を記録した。また、氷片投与から嚥下開始 (喉頭挙上) までの時間も計測し、健常成人 5 名の平均時間 (21.8 秒) との差を“遅延率”として、これも記録した。

実施場所は、機能訓練室またはベッドサイドで、対象者の状態に合わせた間接訓練 (発声、挺舌、咳嗽やアイスマッサージ、環境調整等) も、直接訓練前に実施した。

【結果】3 か月経過後、全員が経口摂取を継続できていた。嚥下障害の重症度に変化はなかった。7 名のうちの 3 名は、訓練時の 1 対 1 嚥下の確率が、維持または向上した。しかし、他の 4 名は確率が低下した。維持または向上の 3 名は、全員が主に機能訓練室での実施で、そのうちの 2 名は重症度は 3、間接訓練も環境調整やアイスマッサージ以外の能動的なメニュー (発声、挺舌等) が実施できており、意識レベルや遅延率の改善がみられた。

一方で、低下した 4 名は全員が重症度は 2、間接訓練は受動的にも可能なメニュー (アイスマッサージや環境調整) の実施であった。そのうち、3 名は遅延率も低下した。残り 1 名は、遅延率は改善しており、1 対 1 嚥下の確率低下の割合は 2%とわずかであった。

【まとめと考察】3 か月間、順調に訓練を継続できたことから、“とろみ氷”を使った直接嚥下訓練は、誤嚥リスクはそれほど高くないようだ。寒冷刺激と、一口量の調整、増粘剤使用による誤嚥リスクを軽減する幾つかの要素の組み合わせが、奏功したと思われる。

訓練時、1 対 1 嚥下の確率を高めることに注力したが、3 名でその確率が向上した。そのうちの 2 名は、他の 5 名に比べて重症度も低く、訓練室で能動的な間接嚥下訓練 (発声、挺舌、咳嗽等) が実施できる精神機能が残存しており、訓練により嚥下の意識化が促され、効果が表れやすかったようだ。一方、残りの 4 名は、1 対 1 嚥下の確率が低下したが、遅延率の変化には差がみられた。訓練効果が得られにくいであろう方々にも、嚥下開始までの時間がさらに遅延しないように、機能低下進行を緩徐にする目的で訓練を継続している。

1 対 1 嚥下の確率や、遅延率の変動に注意することで、嚥下機能の変動を細かく捉え、お口からの楽しみとしての経口摂取を長く続ける援助ができるのではないかと思われる。