

4-6					
主題	オーラルフレイルに着目した自力摂取利用者の食事支援				
副題	口が整うと食べる機能が活きてくる				
キーワード 1	オーラルフレイル	キーワード 2	器質的・機能的 口腔ケア	研究(実践)期間	4ヶ月

法人名・事業所名	社福) こうほうえん 介護老人福祉施設 うきま幸朋苑				
発表者(職種)	須賀なぎさ(歯科衛生士)、大上雪菜(介護職員)				
共同研究(実践)者	堂前広幸(介護職員)、古屋祥希(介護職員)				

電話	03-5914-1331	FAX	03-5914-1350
----	--------------	-----	--------------

事業所紹介	東京都北区にあるユニット型介護老人福祉施設 115 床、短期入所生活介護 19 床、通所介護 30 名、認知症対応型通所介護 12 名、保育園、夜間保育園、就労支援施設を併設した複合型福祉施設です。平成 19 年開設以来、地域に開かれた、地域に愛される、地域に信頼される施設を目指しています。
-------	--

### 《1. 研究(実践)前の状況と課題》

「オーラルフレイル」とは、口に関する「ささいな衰え」を放置または適切な処置がなされないことにより、口の機能低下、食べる機能の障害、さらには心身の機能低下までつながる「負の連鎖」に陥る一連の現象および過程である。自然な衰えである老化とオーラルフレイルの違いは、オーラルフレイルが「不自然な衰え」であり、適切な対応により回復可能であることがわかっている。オーラルフレイルの症状である口のささいなトラブルは、高齢者にとって日常的なトラブルであり、見逃しやすくまた気づいていても食習慣悪化が顕在化するまで問題視されにくいのが現状である。

対象者：女性 96 歳、要介護 3。食事摂取自立、常食・常菜、平均摂取量約 7~8 割、主食はほぼ完食。魚より肉を好むが野菜類も含め吐き出しあり。朝食に限り欠食頻回。残存歯数 17 歯、内機能歯 15 歯。臼歯部喪失、義歯使用経験なし。嗜好が合わない食事を残す、食材の吐き出しは年だから仕方がない、といった見解が共通の認識としてある。入居時平成 28 年 8 月体重 46.6 kg BMI23.8、研究開始前平成 29 年 10 月 36.8 kg BMI18.8 と緩やかに減少し、同年 9 月アルブミン値 3.8g/dl 低アルブミン血症である。

### 《2. 研究(実践)の目的ならびに仮説》

口腔周囲筋も身体の筋肉と同じで、使わなければ筋力は低下していく。噛めない状態から軟らかい食品を摂取し続けることでさらに筋力は衰え機能も低下していく。本研究では食品摂取の多様性低下の一連の要因をオーラルフレイルの概念に基づいた対策を講じ「しっかり噛んで食べる」ことを目的とした。オーラルフレイルが健康と機能障害の中間にあり可逆的であることから、口に関する「ささいな衰え」がすべて自然な衰えばかりでないとすれば、回復する機能が存在しその機能が活きることで、食べる力を取り戻せるのではないかと考えた。

### 《3. 具体的な取り組みの内容》

右上動揺歯に自覚症状が発現し訴えが続いたことから、同様の状態であった左下動揺歯と併せ抜歯。抜

歯を機に噛み合う奥歯があることで前歯部咬合負担の緩和による機能歯の保護、咀嚼することの重要性を説明し、ご家族より義歯新製の了承を得る。抜歯 3 週間後に上下部分義歯作製開始、1 ヶ月後完成する。

- ① 歯科医療：歯科医師による義歯調整と義歯装着使用の指導
- ② 義歯装着使用に関すること：義歯装着時の痛みと義歯性潰瘍形成の有無の確認と対応、装着時摂食状態の確認、歯科医師への口腔内の状態および装着使用状況の報告、義歯装着時の状態の変化の記録
- ③ 口腔ケア：歯科衛生士による指導、歯科衛生士・介護職員によるケアの介入、セルフケア時の観察  
義歯性潰瘍形成時は装着を中止し、治癒を優先した。義歯の違和感や不慣れにより食事が進まない場合は義歯を撤去し摂食を優先、口腔内の状態に応じ時間帯を変え装着時間を延ばしていった。歯間清掃時の出血は軽減したがそれ以上の改善が見られないため、介護職員による歯間部の清掃を食後に位置づけた。

#### 《4. 取り組みの結果》

- ① 歯科医療：平成 30 年 1 月義歯使用開始 2 ヶ月で義歯性潰瘍・疼痛の消失、再発はなく義歯調整終了
- ② 義歯装着に関すること：摂食時の食材の吐き出しが殆どなくなった、摂食時の自己撤去はなくなった、咀嚼時の側頭筋・咬筋の動きが観察されるようになった、就寝時以外常時装着可能、義歯の安定が得られてから装着し忘れがあり摂食するも食事が全く進まなかった、朝食の欠食は週 1 回程度となった
- ③ 口腔ケア：歯間部出血軽減・出血部位の限局、セルフケア時のブラシ圧が強くなり磨く範囲の拡大  
体重 36.2 kg BMI18.5 と減少続くが、偏りなく摂食でき且つ時折完食可能となった。関連性は不明だが頭髪脱毛の減少が観察され、少なくともこの身体変化からも今後の体重の推移と先の老人健診のアルブミン値の変化も期待できる状況となった。ご家族は体重減少を懸念されている中、年齢的にも義歯の使用は無理だと思われていた。「義歯が使用でき、食事が摂れるようになり良かった」とのお言葉を頂戴した。

#### 《5. 考察、まとめ》

咬合の回復後、義歯が機能していくに伴い咀嚼機能は回復した。しかし、機能歯が健康でなければ適合した義歯であっても有効には機能しない。咬合力は歯周病の進行に伴い減少するからである。口腔ケア時の出血以外にその訴えこそなかったが、歯の挺出感や違和感により強く噛みしめられない状態にあったのかもしれない。ブラッシング時の歯肉出血を指標としたことで、介護職員は歯肉の状態を視覚的に判断することが容易となり、日常の補助的な介入が歯周病の改善につながった。それにより歯ブラシを当てることに躊躇う歯肉の不快症状が解消され、「しっかり当てて磨く」といった本人の行動変容にまで及んだ。

口のささいなトラブルは、口の動きを制限し機能を抑制させる。口腔機能の維持・回復を目的とした「機能的口腔ケア」と口腔清掃である「器質的口腔ケア」は、「口のささいなトラブルの連鎖」から「口の機能回復の連鎖」へと転換させ、本来の機能を維持する方向に働きかける。オーラルフレイル対策は、加齢による自然な衰えの状態、自然な身体の機能に戻す取り組みであると考えられる。

#### 《6. 倫理的配慮に関する事項》

なお、本研究（実践）発表を行うにあたり、ご本人（ご家族）に口頭にて確認をし、本発表以外では使用しないこと、それにより不利益を被ることはないことを説明し、回答をもって同意を得たこととした。

#### 《7. 参考文献》

オーラルフレイルハンドブック第 1 版：一般社団法人 神奈川県歯科医師会

高齢期における口腔機能低下 一学会見解論文 2016 年度版一 一般社団法人 日本老年歯科医学会  
学術委員会

第 14 回フォーラム 8020 超高齢社会における 8020 学術会議レポート報告

#### 《8. 提案と発信》

口腔機能は加齢等歯科疾患以外の要因によっても低下し、摂食に直接的な影響を及ぼす。機能を低く見定め続け、食事形態を下げる状態となる前に、トラブルに気づき口を整えることは食事支援の一助となる。