

# 5-11

演題	いただきます！のその前に。
副題	～ホットマッサージで食事量 UP!!～

口腔ケア
口腔機能予防

法人名	社会福祉法人 相模福祉村
施設名	特別養護老人ホーム柴胡苑

発表者名 (職種)	金井 敦志 介護職員
共同発表者	仁田原 順子
共同発表者	
共同発表者	
共同発表者	

都道府県	神奈川県
住所	相模原市中央区田名 6767
TEL	042-761-8118
FAX	042-760-8828
メールアドレス	saikoen@fukushimura.or.jp
URL	

今回の発表施設 またはサービスの 概要	・入所サービス 入所 30名 短期入所 6名 ・通所サービス (地域密着型認知症対応型通所介護) 12名 ・指定通所介護事業における宿泊サービス(ナイトステイ) 4名 全サービス 365日営業。
---------------------------	--

## 研究の目的、PR ポイント

当施設では、食事の前に咀嚼力・嚥下力が低下している利用者に食事前の口腔ケアを実施していたが、認知症の進行や加齢に伴い、口が開きにくい利用者が増え、食事量・水分量が低下していた。そこで食事前の口腔ケアに加え、顎関節の筋肉をほぐし、唾液の分泌を促す為にホットマッサージの取り組みを始めた。結果、口開けが良くなり、食事量が増えた方が21名中17名の利用者に効果が見られました。

## 取り組んだ課題

### 《取り組んだ経緯》

以前より食事の前に軽体操口腔体操、食前の口腔ケア(歯ブラシ・舌ブラシ・口腔スポンジを使用)を行っていたがそれでも口が開かず、食事量・水分量が減っていた。

訪問歯科に相談したところ、顎関節をマッサージして温める事により口が開きやすくなるとアドバイスをもらい取り組みを行った。

### 《課題》

- ・認知症の進行や加齢に伴い、嚥下機能の低下により食事量・水分量の減少が見られた。
- ・顎関節のこわばりによる口の開きの減少が見られた。

## 具体的な取り組み

取り組み期間 令和2年8月から開始し、現在もやっている。

食事前に下記の取り組みを行った。

- ① 口腔体操や軽体操の実施をした。  
(食事前に行う事で安全に食べられるよう体のあらゆる機能を刺激する。)
- ② スポンジブラシや舌ブラシを用いて口腔ケアの実施をした。  
(唾液の分泌を促し、口の機能を刺激する。口腔内の細菌を減らし、誤嚥性肺炎を予防する。)
- ③ 温めたタオルで頬、顎の周囲の筋肉を温めてほぐすホットマッサージの実施をした。  
(顎関節の筋肉をほぐし口の開きを良くする。唾液の分泌を促し、口の機能を刺激する。)

## 活動の成果と評価

検証データはホットマッサージを開始した方の、開始前一月と開始後一月の食事量・水分量を集計し比較した。ホットマッサージを21名の利用者を実施し、17名の利用者の口の開きが良くなり、食事量のアップにつながった。全体では開始前は主食67%、副食66%であったのに対し、開始後は主食85%、副食84%となり、主食副食とも18%アップし、効果が確認された。効果が見られなかった利用者は看取り期による食事量の低下であった。

取り組み開始後は、取り組んだその日から効果はみられ始める方もおり、数日、数週間で結果は出た。非常に即効性のある取り組みであった。

## 今後の課題

- ・食前口腔やホットマッサージの手法に個人の力量差がある。

## 参考資料など

- ・アルツハイマー病の自然経過は予測できる この人に聞く 平原佐斗司氏  
看護 roo! <https://www.kango-roo.com> 参照日: 2023年4月30日
- ・神奈川県健康体操のすすめ(口腔機能の維持向上) 神奈川県ホームページ  
<https://www.pref.kanagawa.jp> > cnt 参照日: 2023年4月30日
- ・唾液腺のマッサージの効果とマッサージ・ストレッチ方法の基礎知識 科学的介護  
<https://www.jsdr.or.jp> > doc 参照日: 2023年4月30日
- ・日本歯科医師会『オーラルフレイ対策のための口腔体操』  
<https://www.jda.or.jp> > gymnastics 参照日: 2023年4月30日
- ・日本摂食嚥下リハビリテーション学会 2014年版 訓練法のまとめ  
<https://www.jsdr.or.jp> > doc 参照日: 2023年4月30日