

タイトル) 食事摂取量の安定を目指して
～やわらか食の導入について～

施設名) 介護老人保健施設 プライムヘルシータウン湘南

発表者) 村西愛

共同研究者) 石森留美子、柴田ひと美、半田洋

抄 録)

1、はじめに

当施設での従来の食形態は普通菜・一口大・きざみ・超きざみ・ミキサー食となっており、嚥下状態の低下が見られた入所者様には超きざみ食やミキサー食を提供していた。しかし、その食事は視覚的には決して良いものとは言えず、超きざみ食は口の中でばらばらになりやすく、口腔内に残ってしまう為誤嚥の危険性があり、ミキサー食は液状である為食べこぼしやムセが多く見られ、その結果、低栄養に陥ることもままある。そこで入所者様の食事摂取量の安定を考慮し、やわらか食の導入を検討した。

2、やわらか食導入までの経過]

H21年 8月上旬頃	やわらか食の研修会に参加 超きざみ食喫食者が増え(H20年8月:4名→H21年8月:10名)、 やわらか食の研修会参加をきっかけに導入に向けて他職種との 検討を開始
H21年 9月 3日	対象者2名から試行導入開始(平日の昼食のみ)
H21年 9月17日	一般棟5名、認知症専門棟5名の計10名へ増員
H21年10月12日	土曜日及び夕食もやわらか食開始
H21年11月 2日	月～土曜日の昼食及び夕食を本格導入とし、ミキサー食・超きざ み食喫食者へやわらか食を提供
H21年12月 1日	3食の提供へ移行
H22年 3月下旬頃	20名へ提供がピークとなる
H22年 7月 1日現在	16名へ提供

3、当施設でのやわらか食

当施設では、常食に調理したものをミキサーにかけ酵素入りゲル化剤(スベラカーゼ)を入れ攪拌し、加熱後、形成したものをやわらか食と呼んでいる。これは口に運びやすく舌で潰せるやわらかさがある為、口の中でばらばらになりやすく、ムセにくい特徴がある。また、唾液による離水も少ない。

<調理方法>

- ①常食に調理したもの 1：水 1(食材の水分量により調節)をミキサーにかける。
- ②1.5～2%のスベラカーゼを入れ、攪拌する。
- ③攪拌しながら沸騰するまで加熱する。
- ④容器に入れ、形を整える。(70℃前後で固まり始める)

4、症例紹介

やわらか食移行者のうち、導入前より発熱及び体重減少、喫食量や栄養状態の低下が見られた入所者様の身体状況の変化を報告する。

1 様 96 歳 女性 要介護度 5 H17 年 7 月に入所され、自力摂取にて米飯・普通菜をほぼ全量摂取されていた。H20 年 7 月頃より月に 1・2 回の発熱を繰り返され、ADL の低下と共に食事摂取量の減少が見られた。ムセは見られなかったが、咀嚼力も徐々に低下し、食事形態が普通菜からきざみ食へ、さらに H20 年 9 月からミキサー食となった。この頃には食事摂取の意欲もなくなり、自力摂取から全介助となっており、喫食中に唾液による離水も多く見られ、食事摂取量の確保が困難であった。また血液データではアルブミン値の低下もあり、3.5g/dl 以下の数値が何ヶ月も続いていた。H21 年 9 月のやわらか食の導入により、離水せず最後まで一定の固さを保つことが可能である為、確実に喫食ができるようになった。その後は徐々に発熱の頻度も減少し、アルブミン値は 3.6g/dl 前後で安定が見られるようになった。現在は体重の減少も止まり、発熱も見られずやわらか食を全量摂取されている。

5、ケアワーカーへのアンケート結果

導入後、職員より挙げられた感想は「ミキサー食のように食事介助中に離水することなく、介助が行ないやすい」「ある程度の硬さがある為、食べこぼしが少なくなった」「今まではムセが見られたが、変更後はムセが減少し、口腔内に残渣が見られない」「喫食時間が長くかかっていたが、変更後は約半分になった」「見た目が一色ではなく、どのような食べ物であるかがわかりやすくなった」と良い評価が得られた。厨房スタッフからは「超きざみ食を刻む作業が軽減し、別な作業を行なうことが出来る」という声が挙げられている。

6、結論

やわらか食の導入の目的は、超きざみ食及びミキサー食を廃止しムセにくい食事を提供することで入所者様の喫食時間の短縮、負担軽減により食事摂取量を確保し、栄養状態及び身体状況の安定を図ることであった。紹介した事例の他に、やわらか食へ移行した入所者様においても喫食時間の短縮による負担軽減、ムセにより全量摂取が困難とされていた方は全量摂取が可能になり、ADL やアルブミン値の安定など様々な良い結果を得ることが出来、目的は概ね達成された。

導入において苦労した点は、加熱不足や酵素入りゲル化剤(スベラカーゼ)の比率違いにより固まらないこと、上にかけるドレッシング等のとろみが緩いことであったが、厨房スタッフと試行錯誤し、固さの一定化を図ることが出来た。今後の課題は、形成の工夫により視覚的にわかりやすい食事提供であると考えます。