「利用者それぞれに合わせた食事、介助の工夫点」

２年７組５番　飯田　裕唯
16 番　金森　香紀
実習施設名：特別養護老人ホーム藤心八幡苑

＜テーマ＞
利用者それぞれに合わせた食事、また工夫点

＜理由＞
食事介助は生命を維持する基本となる介助である。そのため実習は積極的に体験・介助させていただき、学べる機会が多く、また困惑するところや悩むところが多かった。

私たちにとって食事とは、楽しみであるため利用者も同じではないかと考えたが、誤嚥や咽込みをしてしまうと、その楽しみの食事が苦になっていってしまうこともある。そのために、誤嚥や咽込みを少しでもしないようにするための食事形態や技術を学び、利用者にとって少しでも楽しみになるような食事介助がこれからできるようになりたいと思ったため、今回の実習のテーマは「利用者それぞれに合わせた食事、また工夫点」にした。

＜食事介助の実際＞
●姿勢保持のできない利用者
・誤嚥にならないように姿勢を正す。傾きや麻痺などがあるとクッションなどを用いる。足底を床につける。
●意思疎通が困難な利用者
・今から食べる物の名称を言い認知してもらう。声掛けし食事に意識が向くようにする。非言語コミュニケーションも活用する。
●嚥下機能が低い利用者
・普通食、一口サイズ、刻み食、ペースト食、カテーテルチップがあり、利用者の嚥下、咀嚼機能に合わせてかわる。私たちの施設では一口サイズと刻み食、刻み食とペースト食を組み合わせたものなどまた、割合を変えていた。水分はコップで飲む以外に吸い飲みを用いて飲む。
〇摂取量の少ない利用者
私たちが実習の行った施設では食事摂取表というものがあった。

		主食	主菜	水分	その他
A さん	朝				
	昼				
	晩				
B さん	朝	3	5	5	
	昼	4	3	1	5
	晩	2	4	4	5

この表は完食が１０として食べた割合記録する（完食の場合横線を記入）
上記のＢさんのように完食でない日が続く利用者にエンシュア、ラコール（経腸栄養剤）を飲んでもらい栄養を摂取してもらう。これは医務で勧められたもの、家族が持ってきたものもある。

＜実習を通しての考察＞

●姿勢を正すことについて

姿勢を正さず、後ろにそったり、横になっている状態では食物を口に入れた際気管に入り誤嚥になる可能性を高めてしまう。誤嚥があると利用者を苦しめるもとになる。改善するには深く座ってもらい、前傾姿勢に顎を引いた状態にする。左右に傾いていた場合は、肘をきちんとした位置に傾きをなおすか、クッションを利用し適した位置に戻す。（麻痺などがあり方にもこの方法を用いる）。足底が床についているか確認する。ついてない利用者さんには、牛乳パックを縦２段横４から５本程度使用し、作った底上げし足底がつくようにし、姿勢を安定させバランスがとれるようにする。

●声掛けについて

声掛けがなければ、急に食物が口に入れられることとなる。今自分が食べる物の説明をし、何かを理解することにより食への関心、楽しみにつながる。また「○○さん」という声掛け以外にも肩をたたいたりなどの非言語コミュニケーションを用いたり、食物を見て理解してもらうため。

●食事形態について

食事形態は普通食、一口サイズ、刻み食、トロミ食がある。これは利用者一人一人の嚥下機能や口腔、身体状態に応じて合わせる。しかし、医療関係の職種の方の、意見や利用者の様子を見て考えなければ、嚥下・咀嚼機能の低下につながる。また食事形態とは関係ないが、箸がうまく使えない人でも、おにぎりやパンを小さくしたものに変えたり、麻痺でも福祉用具の活用などで自らの残存機能の保持も大切だと考える。

＜実習を見て感じたこと＞

一人ひとりに合わせた食事とは

→私たちそれぞれに好みがあるように利用者にもそれがある。一口量もタイミングも咀嚼の回数も人それぞれ違う。それに合わせることにより誤嚥を防ぎ、苦を取り除いて楽しみになると考える。安心安全であることが食事の前提でそのため姿勢や食事形態等の配慮が必要である。

＜今回実施したこと＞

液体のままじゃ１口２口でもういらないと言い、あまり水分摂取してもらえない利用者がトロミをつけるとすべて水分摂取してもらえるためトロミをつけると教わった。

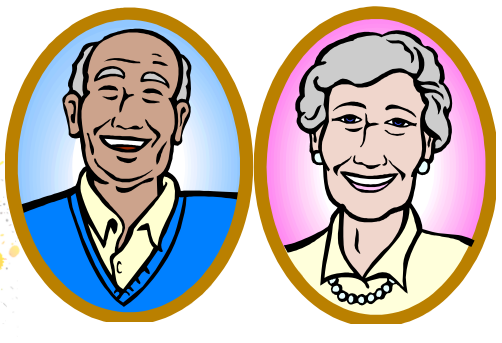
だが、この利用者さんは飲むヨーグルトが好きで、「これは、いつ食べても美味し

い。大好き」と言っていた。飲むヨーグルトにもトロミをつけていたが、好物な飲み物なら、そのままの、トロミをつけない状態でも飲むのではと思った。しかも、飲むヨーグルトは元からトロミ状態になってるので次の介助の時に、職員さんの許可をもらい、トロミをつけずに介助してみたが、やはりトロミを付けたほうが飲みやすいみたいで、「もっとゼリー状のほうがいい」と言われた為、いつも通りの介助を行ったら、「やっぱり、飲みやすく美味しくなった」と言っていた。でも最初からトロミをつけるのではなく、付けない状態で５口飲んだら、トロミを付けて、次の週からは、トロミを付けない状態で１０口飲んだらトロミなど、液体とトロミを半々で介助したら、少しは嚥下機能の向上になるのかなと思った。

参考文献：生活支援技術Ⅰ基本編/川井太加子/メヂガルフレンド社

利用者それぞれに合わせた食事形態。また、工夫点。

実習施設：特別養護老人ホーム藤心八幡苑
2年7組　５番　飯田　裕唯
１６番　金森　香紀



テーマ設定の理由

私たちにとって食事とは、楽しみであるため利用者も同じではないかと考えたが、誤嚥や咽込みをしてしまうと、その楽しみが苦になってしまうのではないかと思った。

そのため

誤嚥や咽込みを少しでもしないようにする
- 工夫点や介助方法。
- 一人ひとりに合わせた食事形態。　等を

観察、実施したいと思ったため

介助の実践

- 姿勢保持のできない利用者
- 意思疎通が困難な利用者
- 嚥下機能が低い利用者

- 摂取量の少ない利用者

私たちが実習の行った施設では
食事摂取表というものがあった。
この表は完食が10として食べた割合を記録する（完食の場合横線を記入）

		主食	主菜	水分	その他
Aさん	朝	—	—	—	—
	昼	—	—	—	—
	晩	—	—	—	—
Bさん	朝	3	5	5	—
	昼	4	3	1	5
	晩	2	4	4	5

介助の実際　Ⅱ

- 実際に介助を見て感じたのは

一人ひとりに合わせた食事とは
→私たちそれぞれに好みがあるように利用者にもそれがある。一口量もタイミングも咀嚼の回数も人それぞれ違う。それに合わせることにより誤嚥を防ぎ、苦を取り除いて楽しみになると考える。

安心安全であることが食事の前提で
そのため姿勢や食事形態等の配慮が必要である。

介助の事例

- Cさん

・水分摂取は液体のままでは数口でもういらないと言う。

・飲むヨーグルトが好き。「これはいつ食べても美味しい大好き」と言っていた。

・飲むヨーグルトにもトロミをつけていた。元からトロミがついたようになっているのでトロミをつけなくても飲むのではと思い次の介助の時に職員さんの許可をもらってトロミをつけずに介助を行った。

しかし

・トロミを付けたほうが飲みやすいようで、「もっとゼリー状の方がいい」と言われた。

実習を通しての考察

- 姿勢を正すこと
- 声掛け
- 食事形態

結論

姿勢保持や食事形態は、やはり一人ひとり違うため、日々介助していくなかで観察をし、その人にあった姿勢保持の仕方や食事形態を見つけ出して合わせていくことがとても大事だと考えた。

謝辞

- ここまでご清聴ありがとうございました。

15日間お世話になった、藤心八幡苑の職員の方、利用者さん達、そして先生方家族の皆に心からお礼申し上げます。

15日間本当にありがとうございました。