

絶食状態にある誤嚥性肺炎患者への経口摂取に向けてのアプローチ

東北大学病院16階西病棟(老年科・漢方内科)では、誤嚥性肺炎によって絶食状態にある高齢者の経口摂取への移行に力を入れています。誤嚥を予防するために食前にアイスマッサージを実施する、絶食から経口摂取に移行するきっかけとしてミント風味ゼリーを用いるなど、独自の工夫をしています。その実際と効果について紹介します。

(編集部)



16階西病棟
副看護師長の
加藤隆子さん



老年科の
海老原覚医師

東北大学病院16階西病棟では、「嚥下障害のある患者の看護基準」で看護目標を、誤嚥による窒息、肺炎を起こさない、十分な水分と栄養補給ができ、脱水・低栄養を起こさない、嚥下障害について理解でき、退院後もケアを継続できる と定め、自覚症状と他覚症状(身体的側面、精神的側面、社会的側面)を観察したうえでケアを提供しています。

食事摂取時の誤嚥リスクを回避する手段として、姿勢の保持、嚥下の確認、環境調整、食形態の工夫、患者・家族への指導などを行っています。

副看護師長の加藤隆子さんは、「誤

嚥しにくい食形態や誤嚥を予防する姿勢などを考慮して、食事摂取時のケアを行っています。たとえば姿勢の調整では、食事摂取時には軽くあごを引くようにしています。そのとき、肩や頸部のリラクゼーションをはかるため、柔らかいクッションを後頭部に添えて軽く前傾を保っています。また、飲み込みやすさの観点のみからではなく、食後の胃食道逆流を防止するため、食後1時間半は坐位を保ちます。食後に坐位を保つのは患者さんにとってはつらいのですが、なんとか励ましながら行っています」と言います。

食事摂取時以外にも、口腔ケア、便

秘予防(腹部膨満感により食欲低下の原因になる)、摂食・嚥下リハビリテーション、合併症の早期発見、退院時指導を看護計画としてあげています。

「とくに高齢者の場合は自覚症状が乏しいので、合併症などの徴候を見逃さないことが必要です。また、摂食・嚥下リハビリは歯科分野を含めた医師、言語聴覚士、理学療法士、管理栄養士、家族が連携をとりながら進めるように努めています(加藤さん)。

アイスマッサージなどによる摂食・嚥下訓練を実施

同病棟では、摂食・嚥下訓練の一環

アイスマッサージの方法

- 1 冷水(約4℃)をコップに汲み、スプーン(小・中)を冷やしておく。
- 2 ベッドをギャッチアップし、食事の姿勢にする。覚醒していることを確認する。
- 3 口腔内がきれいであることを確認する。汚れている場合は口腔ケアを行う。
- 4 冷やしたスプーン(小)を舌先に当て、やさ

しくなでるように刺激し、空嚥下(ゴクン)させる。

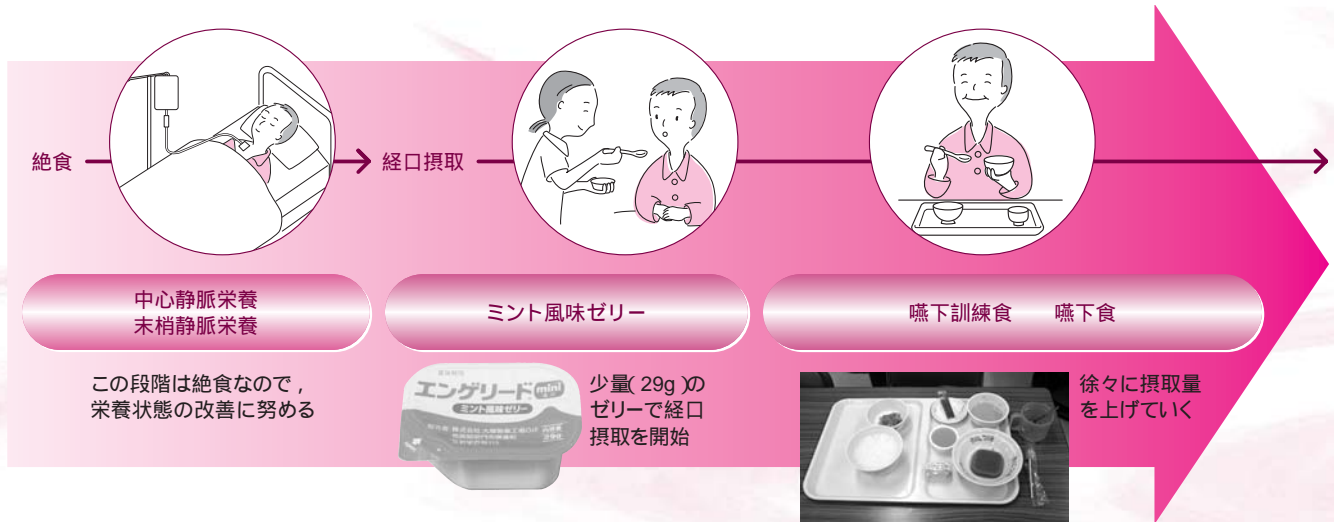
- 5 同様に、口蓋弓、咽頭後壁、奥舌～舌根部をやさしくなでるように刺激し、空嚥下させる。咽頭後壁は無理に刺激しない。患者の反応を見ながら3～4回程度行う。
- 6 冷やしたスプーン(中)を使い、5の手順を同様に行う。

口腔・舌の運動の方法

- 1 首や肩の緊張をほぐしリラックスさせる。
- 2 舌を出したり引っ込めたりする。
- 3 舌を上下左右に動かす。
- 4 頬を膨らませたり、すぼめたりする。

こののち、「バ行」「タ行」「カ行」「ラ行」などを発声させる訓練も実施し、筋力の増強をはかっている。

入院後の経口摂取に向けての流れ



として、アイスマッサージ、口腔・舌の運動、発声練習を取り入れています。

アイスマッサージの目的は、のどの感受性を高め、飲み込みの反射を起こしやすくする、食前に行うことでウォーミングアップになり、誤嚥を予防する、で、口腔・舌の運動の目的は、低下した嚥下に関係する筋力を増強する、食前のウォーミングアップです。

「口腔や舌の運動、発声練習は、あくまで食事のための準備運動なので、患者さんが疲れている場合は軽くすませています。患者さんの意欲に応じて、訓練を楽しんでもらうように心がけています」と加藤さんは言います。

嚥下訓練食の前段階で ミント風味ゼリーを使用

当病棟に誤嚥性肺炎によって入院する患者は、ほとんどが絶食状態です。したがって、「抗菌薬などの治療により患者が回復したとき、経口摂取を開始する過程が誤嚥性肺炎の治療において最も重要なステップである」ととら

えています。

老年科の海老原覚医師は、「経口摂取を開始するときに誤嚥して肺炎になると、入院期間が長引くだけではなく、禁食から再度経口摂取へ移行する際のハードルが高くなり、経口摂取をあきらめて胃瘻を造設する患者さんも少なくありません。たとえ胃瘻にしても誤嚥を完全に予防できず、いずれ致命的な誤嚥性肺炎を起こして亡くなってしまいます。したがって、肺炎そのものの治療とともに、誤嚥に対する対策をしっかりと行うことが大切です。病棟でアイスマッサージや舌の運動などを行っているのもこのためです」と話します。

実際、海老原医師が調査した研究によると、抗菌薬のみで治療した群と、抗菌薬に加えて誤嚥対策を施した群を比較したところ、在院日数、かかった医療費、MRSAの発症、病院死とも、誤嚥対策を施した群が有意に低かったそうです。

また、経口摂取の食物の温度は、嚥下食などの物性と同じように誤嚥予防

に影響することがわかりました(図1)。

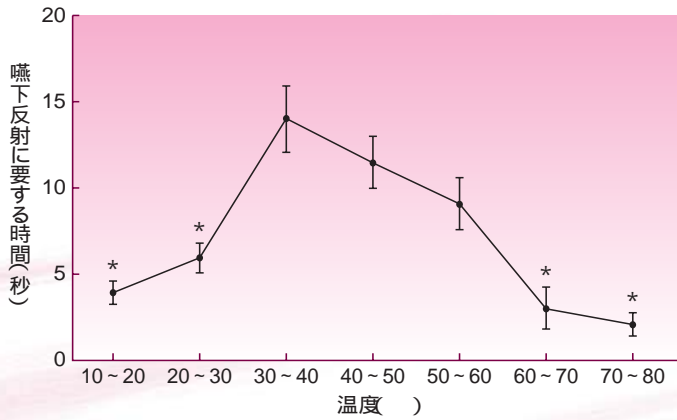
「食物に適度なとろみをつけるという物性が大事なように、温度も重要な要素なのです。嚥下反射が遅延している高齢者にさまざまな温度の蒸留水を注入して、嚥下反射の起こりやすさを確認したところ、体温付近の温度が最も嚥下反射が遅延し、体温との差が大きくなればなるほど嚥下反射が起こるまでの時間が短縮しました」と海老原医師は言います。

この結果を受けて加藤さんたちは、できるだけ温かいものは温かい状態で、冷たいものは冷たいまま食事を提供するように心がけています。

「高齢者はどうしても食事に時間が

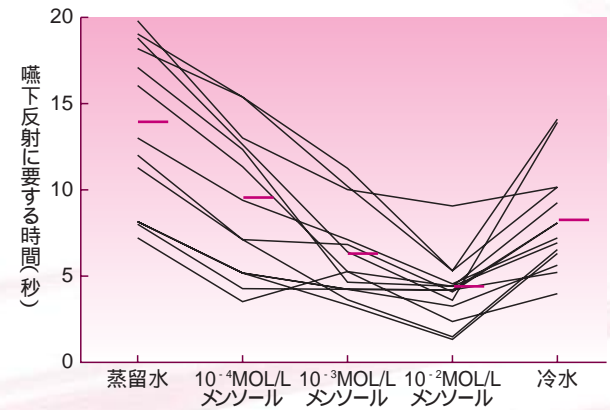


図1 食物の温度と嚥下反射の関係



Watando A et al : Effect of temperature on swallowing reflex in elderly patients with aspiration pneumonia. J Am Geriatr Soc, 52(12) : 2143-2144, 2004.

図2 高齢者の遅延した嚥下反射に対するメンソールの効果



Ebihara T et al : Effects of menthol on the triggering of the swallowing reflex in elderly patients with dysphagia. Br J Clin Pharmacol, 62 : 369-371, 2006.

かかってしまうので、せっかく用意した食事も口に運ぶときに室温(体温に近い温度)になってしまうことが多いのです。つまり、嚥下障害の方にいちばん不適切な温度帯になってしまいます。したがって、食事を乗せるトレイも温かいものと冷たいもので置き場所を分けたり、適宜、電子レンジを使用するなど、常に提供する食事温度に配慮しています」と加藤さんは言います。海老原医師の研究では、清涼感をもたらすミントの主成分であるメンソールも、嚥下反射が起こるまでの時間を短縮させることがわかりました(図2)。「冷たいと感じるメンソールによ

て、高齢者の遅延した嚥下反射を誘発することが期待できるのではないかと考えました」と海老原医師は言います。そこで加藤さんたちは、経口摂取を開始するための食品の1つとして、清涼感のあるミント風味ゼリー(エンゲリードミニ ミント風味ゼリー)を使用しています。「絶食状態の高齢者の場合は、中心静脈栄養や末梢静脈栄養で栄養状態の改善に努め、次の段階として少量のミント風味ゼリーで経口摂取を開始します。そして、徐々に摂取量をあげて嚥下訓練食へと移行しています。ミント風味ゼリーは患者さんにも好評で、退

院時に購入方法を聞いてくる人もいます」と加藤さんは話します。海老原医師も、「絶食の人の場合は、まず“ひと口”食べることにエネルギーを使うことが大切なのです。29gと少量のゼリーは、そういった意味で効果的だと思います」と言います。アイスマッサージや舌の運動などの訓練に加え、経口摂取への移行時に小容量のミント風味ゼリーを導入した当病棟の取り組みは、絶食状態から経口摂取へのアプローチ法として応用できるものではないでしょうか。

Apple
りんご果汁100%のおいしさ

Grape
グレープの豊かな味と香り

Mint
爽快感が広がるミント風味

スライスゼリーの写真は、グレープゼリーです。

物性 口腔・咽頭内で液化しにくく飲み込みやすい

色合い 飲み込みの状態を確認しやすい(エンゲリードミニ グレープ)

容量 使い切りできる小容量(29g)

容器 スライスしやすいポーションカップ

管理 常温管理が可能で取扱いやすい

栄養成分・原材料 (1個〔29g〕あたり)

栄養成分	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	ナトリウム	カリウム	キシリトール	原材料
アップルゼリー	18kcal	0g	0g	4.5g	2~5mg	26mg	-	濃縮りんご果汁、砂糖、寒天、ゲル化剤(増粘多糖類)、ウロンC抽出物、香料、クエン酸Na、乳酸Ca
グレープゼリー	18kcal	0g	0g	4.6g	8mg	2~9mg	-	濃縮ぶどう果汁、砂糖、寒天、ゲル化剤(増粘多糖類)、クエン酸Na、クサヤシ色素、乳酸Ca、香料、酸化防止剤(ローズマリー抽出物)
ミント風味ゼリー	17kcal	0g	0g	4.7g	19mg	14mg	1.2g	濃縮洋なし果汁、結晶バラチメース、濃縮しモン果汁、寒天、甘味料(キシリトール、スクラロース)、ゲル化剤(増粘多糖類)、クエン酸Na、香料、乳酸Ca

販売者 株式会社 大塚製薬工場
徳島県鳴門市撫養町立岩戸原115
販売提携 大塚製薬株式会社
東京都千代田区神田町2-9

お問い合わせ先 大塚製薬医薬情報センター
〒108-8242 東京都港区港南2-16-4 品川グランドセントラルタワー
TEL 050 (316) 12345

(07.09作成)