

食形態別唾液分泌量と食後の口腔内状況

中澤 伶映

高齢者にとって、食物摂取は QOL 維持・向上や健康寿命延伸のためにとっても重要と考えられている。しかし、口腔の機能低下により咀嚼が思うようにいかず、唾液分泌量低下に伴い嚥下障害を起こす場合も多い。その対策として、食形態を軟食や流動食に変えている。本研究では、食形態別に咀嚼回数と唾液分泌量の関係を測定し、咀嚼による口腔の自浄作用が存在すると言われていることから、食後の口内状況を口腔食物残渣量から検討した。

20 代女性 6 人を対象に、サツマイモ 20 g を普通食、刻み食、ムース食にし、自由咀嚼で嚥下できると思った時点でコップに吐き出し、咀嚼回数と唾液分泌量を測定する。次に、口腔の食物残渣量を各歯面 0~3 で評価した。咀嚼回数と唾液分泌量は、Student の t 検定を行い、有意水準を 5% に設定した。

その結果、咀嚼回数は、普通食 > 刻み食 > ムース食の順であり、普通食とムース食の間では ($p=0.01$)、刻み食とムース食の間では ($p=0.04$)、それぞれ有意な差が見られた。しかし、普通食と刻み食の間で有意な差が見られなかったことは、今回の実験から刻み食のサイズは 1 cm に近い大きさであったためであり、さらに細かく刻んでいる場合は、咀嚼回数が減少したのではないかと考える。

唾液分泌量は、刻み食 > 普通食 > ムース食の順であり、統計的には有意な差は得られなかったが、ムース食が他の食形態に比べて、唾液分

泌量が圧倒的に少ないという結果となった。刻み食は表面積が増えることにより、さらに口腔領域の刺激が増え、唾液分泌促進の効果があつたため普通食よりもやや唾液分泌量が多かつたと考えられる。

食物残渣量は、個人差が大きかつたが、上下顎臼歯部頰側に多くの食物残渣があつた。今回の実験では、一口量の大きさのサツマイモを用いて実験を行ったため、前歯部を使わなかつたことで、食物残渣の付着が少ない結果につながつたと考えられる。食形態別でみた食物残渣量では、ムース食が最も少なかつたが、咀嚼回数が少ないため、歯面に接触する回数も減少したことが伺える。また、上顎前歯部唇側にムース食のみが微量に付着していたことは、ムース食のもつ流動性により口腔全体に広がり、残留したものと思われる。

本研究では、疾患を持たない 20 代の女性 6 名を対象としたため、結果にあまり差が現れなかつた。このことは、多くの疾患を持ち、残存歯の少ない高齢者を被験者としなかつたことが伺える。被験者の咀嚼機能、口腔内疼痛の有無、ADL や全身状態によって結果は変わつていたと考えられるので実験の改善が必要である。

今後さらに、高齢者の咀嚼回数および唾液分泌量を増やすような食形態を検討し、歯科衛生士として、誤嚥性肺炎の予防のために努力していきたい。