

## 介護における口腔ケア

岡田 史

新潟県介護福祉士会 会長

## Oral Care in the Daily Living Care

Fumi Okada

*The Niigata Association of Certified Care Workers*

## 要旨

介護とは生活を支える事である。介護保険法では、その保険の目的を第一条に、以下のように定めてある。「この法律は、加齢に伴って生ずる心身の変化に起因する疾病等により要介護状態となり、入浴、排せつ、食事等の介護、機能訓練並びに看護及び療養上の管理その他の医療を要する者等について、これらの者がその有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、必要な保健医療サービス及び福祉サービスに係る給付を行うため、国民の共同連帯の理念に基づき介護保険制度を設け、その行う保険給付等に関して必要な事項を定め、もって国民の保健医療の向上及び福祉の増進を図ることを目的とする。」ここには、介護を要する状態となっても、その能力に応じた、自立した生活を営む事と明記されている。自立した生活とはどのような事を言うのだろうか、10人居れば10通りの生活がある。一人一人異なる習慣や環境の中で生きているのである。自立した生活を支えるのが介護の目的であるのならば、多様な人間の生活を支えるための介護は、同じではありえない。自分の生活は、どのように介護が必要になっても自分で主体的にきりまわしたいのが人間の生活であり、その主体性を支え尊重することが、介護における自立支援ではないだろうか。単に口腔ケアというが、ここにおいても、その生活の多様性を支える事に直面する。ここでは、自立をめざした口腔ケアのあり方について、考察したい。

キーワード： 自立支援、社会性、食事、コミュニケーション、健康、QOL

Keywords : Independence support, Sociality, Meal, Communication, Health, Quality Of Life

## 1. はじめに

介護福祉士は昭和62年国家資格として法律ができ、

平成元年に第1回の資格取得者が誕生、現在15周年を迎えている介護の専門職である。介護の歴史は長い、その内容は生活上の世話という域にとどまってきた。介護福祉士の誕生により、介護は自立支援というテーマを持ち、いかに利用者の生活や希望に沿ったサービスの提供ができるかという、個別性を重視したものとなった。介護における口腔内の清潔介助についても、その目的を明らかにし、研修においても、積極的に取り組むようになった。

介護における口腔ケアの大切さは、介護に従事するものはすでに自覚しており、要介護者の食事の後の義歯の洗浄や、口腔内の清潔は常に留意してきた。その介護は、口腔内を清潔にする事で口臭を防ぎ、たとえ寝たきりであっても他人と躊躇なく会話をする事ができるよう、口腔内の雑菌を減らす事で健康が維持できるよう、さわやかにすることで美味しく食事を摂る事ができるよう、願いと目的を持っていた。

口は、人間の体の中で大きな働きをおこなう器官である。食べることや呼吸する事で、生命を維持し、言葉を発する事で社会との接点の役目を果たしている。口の持つ様々な感覚は、外界から体を守る大きな役目を持った、環境との大きな接点であるといえる。口腔ケアに介護を要する状態となったとき、その介護は、命や社会性、様々な感覚、を支える事になる。介護の場において継続的な取り組みを行い、自立支援に向かう介護を構築するためには、どのような事が必要なのか、そのためにはどのような研修を介護の職員は実施しているかを示したい。それと共に、介護における口腔ケアの予防的なアプローチの必要性について考察したい。

## 2. 介護の場での食事

カチャカチャカチャ。スプーンで食べ物を砕く音である。昔の(20年以上前の)特別養護老人ホームでは

利用者への食事の介助時、食べ物を皿の中で細かく砕きながら提供していた。その特別養護老人ホームでは、現在のような刻み食という考え方はまだなく、普通の副食（高齢者対応とはなっているが）を食べる方に合わせて目の前で、細かくしていた。そのころ、先輩の介護職員が、事前に細かく刻むと、不愉快な音を立てることなく食事提供ができると事前に刻む工夫をしていたが、これが刻み食である。なるほど、不愉快な音を立てる事もなく、食事のスピードもいつもより速くスムーズにできている。しかし、刻み食の盛り付けられた皿には、心がうきうきするような食べ物と言うより、摂取しなければならない食物がのっているだけである。便利と気持ちのどちらを選択すべきか、介護サービスを行っていく上で、課題となってきたことである。刻み食だからといって誤嚥しないという保証はないが、咀嚼機能や嚥下機能の低下した方へのスムーズな食事支援というだけではなく、誤嚥という介護事故を防止する消極的手段として、刻み食は提供されている。食べる事は人間にとっていろいろな意味を持っている。食事は文化である。QOLを支えるもの、ただ栄養だけを体内に取り入れるのではない。食事とは、生きる喜びや、支え、命に対する畏敬、感謝、を体内に感じながら、迎え入れることなのだ、私は考えている。

#### Aさんの場合

Aさんは老人保健施設から特別養護老人ホームの利用者となられた方である。口腔の状態は、総義歯を装着していた。ADLは生活全般に全介助という状況であった。申し送りでは、粥食という事で、刻まないお粥に粥食を提供していたが、環境が慣れないためか食事が進まず、口腔内に食べ物を溜めたまま飲み込まない（飲み込めない）日が続いた。介護職員は何とか食事をしてもらおうと、様々な工夫を行った。その一つが、刻み食の提供である。

#### Bさんの場合

長期の要介護状態にいるBさんは、全身的な機能の低下と共に、食欲も減退し、刻み食からペースト食、高カロリー栄養食のゼリーを食べている。

#### Cさんの場合

胃瘻での経管栄養のCさん。口腔内の唾液の循環がうまくできず、唇が常に乾いている。

#### Dさんの場合

ほとんど自分の歯だが、口の筋肉が疾病により自由に動かす事ができず、ペースト食を丸呑みするように食べている。

#### Eさんの場合

自分の歯は全てなく、総義歯も持たないが、食事は刻むことなく、苦痛を訴えることなく食べる事ができている。

ここでは、一般的にありがちな状態像について示し

た。ただ単に口腔内の清潔や歯の状態だけではない、広い意味での口腔ケアの必要性を内包している状態像である。今後の連携の中で、的確なアセスメントにより適切なサービスの提供の必要性を感じている。

### 3. 介護の場でのコミュニケーション

コミュニケーションのほとんどは、言葉によるコミュニケーションである。言葉によるコミュニケーションは、口を開き言葉を発することから始まる。そのためには口腔内が清潔で口臭を発しないという事も、大切な事である。社会生活の第1歩である。この点も、介護を要する状況となった時の大きな介護の目的となる。

#### 〈介護における口腔ケア研修の実際〉



図1. 口腔ケア体験研修

実際に介護を体験する事は、利用者を理解するうえで大きな意味を持っている。介護における口腔ケアの研修は、生活の中で口腔ケアがどのような意味を持っているか自覚してサービス提供できることが、大きな目的である。

#### 1) 生活の流れを自分の生活から対比して理解する。

朝の目覚め  
起床  
朝食  
身支度  
仕事、学校、日課  
昼食  
仕事、学校、日課  
夕食  
入浴  
就寝

順序は受講者により異なるが、ほぼこのような1日の流れを持っていることを認識する。

#### 2) 私たちは生活のどのような場で、何を目的に、歯磨きをおこなっているか考える。

それぞれの個人的な状況を受講者が列挙する。

起床時——就寝中の口腔のねばねばを取り、スッキリとしたい。洗面と一緒におこなわれる。

朝食後——朝ごはんを終え、朝食での食物の口腔内での残留を除去しすっきり1日を過ごしたい。

昼食後——習慣性がない。歯科の指導を受けている。

夕食後——夕ごはんを終え、夕食での食物の口腔内での残留を除去しすっきりとしたい。

就寝前——口腔内をすっきりとさせ夜間口腔内の雑菌の繁殖を防止したい。

人に会うとき一口臭がするかもしれないので、磨いておこう。

3) 自分自身の口腔ケアを明らかにする事で、利用者の状態について理解を進める。

4) 実際におこなう事で、口腔ケアを受ける利用者の気持ちに近づく事が出来る

実際に他人に歯のブラッシングをしてもらったり、何かを食べた後、うがいをし口腔内に残った食物残渣を人目にさらす事を、経験する事によって、より利用者の気持ちに沿い、プライバシーに配慮した介護が必要である事を、受講者は理解する。

#### 4. おわりに

介護において、よく遭遇する口腔の状態像や介護福祉士の研修について、述べてきた。ここで、理解していただきたいのは、要介護の状態が続くとこのようになるので、予防的な受診が必要であるという事だけではない。予防的な取り組みを始めようとする、今までのような(例外もあるが)治療的な視点での関係では、問題は解決しない。歯科に関する面でも、介護的で継続的なかわりが必要になってくる。理解度の低下した痴呆の方に、口腔内の診察や指導をどのように行うのか。また、どのように理解していただくか?単に治療というだけの関係性では、口腔ケアについて理解していただくのは困難である。生活全体を支える介護の視点から、口腔ケアを考える事が必要になって

くる。また、歯科関係者だけで口腔ケアが十分できるわけではない。日常の介護サービス提供者である、介護福祉士やホームヘルパーとの連携も欠かせないだろう。そのとき、その場の治療によって完了ではなく、これからの生活を視野に入れた息の長い介護的視点が必要となってくる。

また、口腔ケアは人生のあらゆる場において必要である。ターミナルの状態の方の口腔ケアも例外ではない。終末といわれる状況における口腔ケアは、人生のすべての重みを引き受けたものといっても過言ではない。身体的精神的負担のない、それでいて清々しい口腔内が確保できれば、その状態がたとえ終末といわれるような状態であっても、そのQOLへの貢献は大きい。介護における口腔ケアの課題は大きく、山積されている。

これからの高齢者介護における、口腔ケアの課題について述べてきた。それはケア全体にも言えることである。利用者が、食事や様々な基本生活を、尊厳を持って介護で支えられ、最後まで自分らしく生きていくこと、介護に携わるものとしては、日々のテーマである。これは、介護福祉士のみが頑張れば実現できるというものではない、誰かが一生懸命になれば可能となるようなことでもない。様々な専門職が主体的な連携の中でこそ、実現できるものである。今後は、歯科関係者とも更に連携を深め、生活全体を視野に入れた、口腔ケアへの取り組みを進めていきたいと考えている。

#### 文 献

- 1) 澤田信子, 中島健一, 石川治江: 介護. 中央法規出版, 東京, 2003.
- 2) 島原政司, 河野公一, 中野良信: 在宅でも役立つ高齢者口腔ケアマニュアル. 金芳堂, 京都, 2002.
- 3) 花田晃治, 野田 忠: 食べる. 新潟日報事業社, 2002.