

お口爽やかですか

テーマ **「認知症とお口のケア」**

心と食をよめるお口のケア認知症について考える

「認知症」は、2004年に「痴呆」から替わる呼称として世間に紹介され、一般の人々に予想以上に早く、広く浸透しました。その理由の一つとして、「痴呆」という言葉はネガティブな印象を与えますが、「痴呆」の「痴」と「呆」を分けて考えたとき、「痴」は「おろか」「くるう」という意味があり、「呆」は「ぼんやり」「魂の抜けた」という意味があります。そこから生まれるイメージは決していいものではなく、そのため「認知症」が言葉の面から受け入れられたとも考えられます。

歴史的経緯から見ると、「認知」と「痴呆」の扱いは逆だったようで、明治5年の「以後類聚」では、認知症は「狂ノ一種」と記載されており、明治の末期に我が国の精神医学の権威であったといわれる呉秀三氏が「狂」の文字を嫌い、「痴

呆」を提唱しそれが徐々に一般化したようです。さて「口」は様々な役割と機能を持ちますが、健康を維持する栄養面だけではなく、楽しく、美味しく、安全な食事、さらには人と人のコミュニケーションに必要な会話や感情表現を演出する役割もあり、特に高齢者では、日常生活において保つべき中心的な器官の内の一つとして認識されています。

近年「口の健康」を守るケアの方法や器具は数多く考案され、要介護高齢者の「口の健康」を取り巻く環境は改善の方向に向かっていきます。しかし、認知症の方には残念ながらこれらの恩恵が、効果的に行き渡っていないのが現実であって、その原因に「認知症への理解の不足」があるようです。認知症の「口の健康」を支えるためには、認知症に

特化した特別な手技や器具は基本的に必要ではなく、むしろ認知症の方々の個々の特徴を理解することが必要不可欠とされています。認知機能の障害のない方や軽度認知機能の低下が見られる方は、従来どおりの歯磨きができますが、徐々に口腔の清掃度合いに「むら」が生じてきます。

中等度になると簡単な清掃はできるものの複雑な清掃が困難になり、一部介助が必要でも介助の受け入れは自尊心が障害となり困難を極めるときがあります。高度の認知症になると通常の清掃行為が困難になり、不快感を極力軽減するような配慮が必要となります。また、同時に食事に関しても食に対する意欲の低下、摂食・嚥下機能は保持されているが一口の量や、食べる速度が不良となり食べこぼしなども出現してきます。

認知症における食の問題としては①自分で食べない②食べてもすぐに止める③口を開けてくれない④食事を口の中にため込んだまま飲み込まない⑤他の方の食事を食べてしまう⑥ティッシュなどを食べてしまうなど多数あげられますが、これによって低栄養状態が引き起こされかねません。このような認知症の方の健康を支えていくために重要な役割をなすのは、認知症を抱えている家族であり、周囲の人々となります。認知症に関しての口腔ケアのエビデンスは未だ確立していません。

しかしながら認知症の方の「口の健康」を支えるために、私たち歯科医療従事者は認知症を地域で支える一員として、これから支援の輪を広げていくつもりです。尚、認知症に関する口腔ケアのリーフレットが下記のホームページから見ることができしますので、ご覧いただければと思います。