

認知症のため食べられなくなった入所者の食事支援
～摂食障害に対する食事の工夫～

【はじめに】

当施設には定員 40 名の認知症専門棟がある。認知症の入所者は認知機能低下により摂食量低下が起きやすく現在も入所者の半数以上に摂食障害がある。食事量の低下は低栄養や脱水になりやすく認知症の進行にも影響すると言われているため、当施設では食べていただくための様々な工夫をしている。多職種で話し合い、その方の摂食障害の症状にあわせて食事内容や環境の調整をして食べてもらう方法を考えている。これまで試行錯誤をしてきた中で効果のあった方法について症状別に分類してまとめたので報告する。

【分類方法】

当施設で認知症高齢者のケアにたずさわる全職員を対象に自由記述式アンケートを実施し、それぞれ経験した摂食障害の症状とその時に選択したケアの成功事例をもとに分類した。

【摂食障害の分類と支援内容】

- ① 意欲低下や介助しても開口されない等の摂食開始困難に対しては食欲を引き出すためにいつでも好物を注文して食べることができる「スペシャルランチ」を実施した。またどんぶり屋台や麺屋台をダイニングに設置し、屋台で調理をした 4 種類のメニューから選んで食べてもらった。
- ② 食事途中の徘徊や食べる順番が分からなくなる等の摂食中断に対してはコース料理のように 1 品ずつ声をかけながら提供するようにした。また食事に注意を惹きつけるように行事食を多くし、盛付けを美しくすることを心がけた。
- ③ 食具の使い方が分からなくなったり料理を他の皿に移し替えるばかりで食べられない場合は箸を使わなくてもよいおにぎり食にしたり弁当箱や一皿に盛付けた。
- ④ 毒が入っていると思い込んでいるために食事拒否をされる場合は職員と一緒に自分で料理づくりをしたものを食べていただいたり、包装をしてある菓子パン等を提供した。周囲の人に「食べてはいけない」と言われたと食事を拒否される場合は食事を弁当折に詰め、のしを掛けて氏名を書いて自分の食事だとわかるようにして提供した。

【結果】

- ① スペシャルランチは自分だけがごちそうを食べている特別感や好物を食べる嬉しさに加え「ご家族様が注文していかれましたよ」と声をかけることで安心して食べてもらうことができた。屋台調理の食事では食事前に調理をする音を聞き、よい香りを嗅ぐことで食欲が刺激され、どんな物があるか屋台まで歩いて見に行ったり、同じテーブルの方と話し合っただけで食べるメニューを決めたりとコミュニケーションや活動性が増した。刺激により認知機能や嚥下機能が高まったことで普段は刻み食を食べている利用者でも常食を召し上がられるという効果もあった。

- ② コース料理のように1品ずつ声をかけて、手に器を置く介助をすると摂食動作がスムーズに起こった。しかしこの方法はご飯とおかずを交互に食べるができない欠点もあるので食事内容によってはどんぶりのように盛付ける工夫もした。
- ③ おかずの食べ方は分からなくてもおにぎりを手に持ってもらおうと食べ始める方が多く富山の郷土料理である昆布おにぎりにすると一層喜ばれた。一皿盛りにする場合はおかずを食べる順番を迷わずに済むことに加え一口の大きさにカットすることで一口に入れる量も適正になり、窒息の予防にもなった。
- ⑤ 自分で作られた料理の摂食量は食事拒否のある方だけでなく参加されたご利用者全般で増加した。弁当や菓子パンなどを提供すると安心して食べられるが、日によって「どうして自分だけが違う食事なのか」と摂取を拒否されるのでその場合はテーブルの同席者と同じ食事内容や形態にすると納得して召し上がられた。

【考察】

私たちがこだわっているのは安易な食事介助をせず自分で食べてもらうということ。それは食べること自体がリハビリであり認知症の予防となると考えるからである。食べる意欲を引き出す食事内容の工夫と食事に集中できる環境づくりをすることで認知症高齢者もさまざまな障害があっても自分らしく食べることができるということを経験した。摂食障害にはさまざまな症状があるが、この経験をとおして個々の状態に合った食事の提供するには日頃の認知症の状態を知る職員と話し合っって食事の工夫を試行錯誤しながら支援することが重要であることが分かった。