



入れ歯と摂食嚥下 義歯が摂食嚥下に及ぼす効果



文・高梨園子 歯科医師

咀嚼と嚥下

咀嚼中は嚥下反射誘発が抑制される、即ち噛んでいる時は同時に飲み込みづらいし飲み込んでいる時は噛みづらいと言うように咀嚼と嚥下はお互いに抑制しあってバランスを取っていると考えられています。

まるで飲みできるゼリーと自然に噛んでしまう粉碎した氷を食べてもらった時に氷の方が誤嚥が少なくなるという報告もあります。

この様なことから義歯を認知出来る使用可能な方が適合した義歯を使用する事は、咀嚼機能維持だけではなく誤嚥予防にも有効であると思われれます。



タッピングの重要性

上下の歯（特に臼歯）をカチカチカチと噛み合わせることを歯科ではタッピングと言います。これは知らず知らずのうちに日々咀嚼筋群を鍛える事にも貢献しています。

歯を全部または殆ど失い、なおかつ義歯を使用していない方はこのトレーニングが出来ない為、咀嚼筋群がかなり衰えてしまっていると考えられます。

もしも義歯を使った食事が困難ではあるけれど使わなくなった義歯があると言う場合、食事以外の時に義歯を入れてタッピング運動を数十回行うことで、ある程度咀嚼筋群のトレーニングを行うことが可能です。

またタッピングによる脳血流の増加は覚醒の補助的役割も期待できる為、食事前に傾眠状態であったり食事直前まで眠っていた方に、上記同様のタッピングをしていただきその後義歯を外して食事をするとう状態が良くなる可能性があります。

以上のように、義歯も摂食嚥下機能改善に色々関わっています。

摂食嚥下委員会メンバー紹介

今回、摂食嚥下チームに参加させていただくこととなりました。安心して食事を美味しいと感じてもらいながら、食べる事を楽しめるよう援助し、施設や自宅へ帰ることが出来るよう携わっていきたくと考えています。

C6病棟看護師 田中裕美

内科病棟に勤務している看護師の向坂と申します。摂食嚥下チームの一員として、患者様と接する時間が一番長い存在であるため、患者様やご家族の気持ちを尊重し、「安全に口から食べる」「食べる楽しさや喜び」をサポートしていきたくと思います。

B3病棟看護師 向坂雪絵

私の勤務する地域包括ケア病棟には加齢や疾病などにより嚥下機能が低下した状態の患者様が多く入院されています。

嚥下障害は患者様から食事の楽しみを奪うことで、QOLを低下させるほか誤嚥性肺炎や低栄養を引き起こすきっかけとなるものです。患者様の食べる喜びを支えるために摂食嚥下に対する理解を深め安全な経口摂取のためのケアが提供できることを目標に活動を行っていきたくと思います。

C3病棟看護師 布施喜代美

