

後に関する
さい
com
7

長生きにエール

4

食事をしっかりとることは、長生きのための大切なポイントの一つです。今回は、「食べる力」を保つためのサポートや、楽しく食事ができる場を作る取り組みを紹介します。

「栄養サポートチーム」支える食べる力

「お昼は何を食べました?」。

言語聴覚士の亀岡祥子さん(44)がそう尋ねると、男性(80)はゆつくりと「だし巻き卵」と答えた。「いいじゃないですか!」という亀岡さんの反応に、男性も穏やかに笑った。

脳出血の後遺症で「食べる力」が落ちた男性は、約3年前から週に1度、亀岡さんから「栄養サポートチーム」の訪問を受けている。

言語聴覚士は、「話す」「聞く」という機能回復のためのリハビリを担当するイメージが強いが、口の体操や発声といった訓練は、食べ物をのみ込む力をつけることにもつながる。だから、「食べる力」の維持・回復

の後押しは専門職でもある。

傍らでは、管理栄養士の粟野彩さん(38)が、男性の妻(74)と長女(47)から、食事の相談を受けていた。

「おでんが食べたくなって言うんですけど……」「おいしい季節ですもんね。いいと思いますよ」。汁気が多いと食べにくい男性のために、粟野さんは、とろみをつけた煮汁を、小さく切った大根などによく絡めるようにアドバイスした。

栄養サポートチームは、訪問診療医の渡辺克哉さん(49)と写真が2016年、患者の食生活を支えるために始めた。現在は、大阪府を中心に9か所の訪

言語聴覚士・管理栄養士 医師と連携



問診療クリニックと提携し、管理栄養士7人と言語聴覚士6人が、医師や看護師らとも連携しながら、食べるのが難しい、栄養状態が悪いといった約200人を定期的に訪問している。

チーム誕生は、胃に開けた穴から栄養剤を注入する「胃ろう」をつけていた患者が、ある日、うなぎを食べて喉に詰まらせ、救急搬送されたのがきっかけだ。

「搬送先に叱られたが、『食べたい』という強い思いを感じた」。渡辺さんは振り返る。

言語聴覚士と管理栄養士に協力を求め、この患者のみ込む力に合わせたうなぎの調理方法を工夫。食べる練習を重ねるう



市販のサバのみそ煮に、食べやすくする工夫を施して食べ比べる粟野さん(右)と亀岡さん

食べやすくする工夫 欠かさず

「このぐらいなめらかにすれば、食べられるかも」「ミキサーを使うのは、家では面倒じゃないかな」

1月上旬、大阪市内のクリニックで、粟野さんと亀岡さんが、訪問サービスの利用者を想定し、料理を試作していた。サバのみそ煮は、圧力鍋に似た専用



栄養サポートチームの訪問を受けている80歳の男性。「食べる力の維持・回復のため、亀岡さん(奥)と発声トレーニングに取り組んだ(昨年11月、兵庫県伊丹市)」

ち、「次は焼き鳥を」とリクエストも受けるようになった。元気になっていく患者の姿に、「食べる楽しみは、生きる希望になる」と知った渡辺さんは、「食べる力」を支援する専門スタッフを拡充してきた。

発足当初から活動している言語聴覚士の亀岡さんは「病院で働いていた頃と違い、『こうすれば食べられるのでは』と工夫できることがうれしい」と話す。

「私たちが患者さんに向き合うのは生活の場。一番大切にするのは本人の気持ちなんです」と渡辺さん。「食べたい」という気持ちにどう応えられるかを全員で考え、サポートしている。

地域の飲食店と一緒に、新たなメニュー作りにも挑戦している。通常より軟らかく蒸したうなぎのかば焼きや、ゼリやムース状の洋食のコースなどの提供を始めた店もある。

「家でも、外食でも『おいしく食べたい』という願いがかなう社会にしたい」。亀岡さんたちは、そう願う。