



東日本大震災で被災された皆様に、心よりお見舞い申し上げます。

今回は、在宅介護における口腔ケアの成功例をご紹介します。

今回は、誰にでもできる摂食嚥下リハビリテーションを介護職にわかりやすく伝えることを心がけた訪問指導を長くされ、現在はマロニエ医療福祉専門学校の渡辺 智子先生に、執筆をお願いいたしました。

『おめえが、飲ませねえからだんべ』のエピソードより

■口腔ケアをきっかけに、関係性の構築ができる。

在宅寝たきりのクライアントを訪問した時のエピソードです。彼は一日中をベッドで過ごし、反応も鈍く、会話もできない状況でした。いわゆる寝たきり度のランクはC2でした。介助者である妻より、口腔ケアを教わりたいとの要望を受け、訪問致しました。

妻によれば、何にもしゃべらず寝ているだけとのこと。食事は全て介助で摂らせ、一応、歯みがきはしていますが、声掛けに反応はないそうです。口の中は、見るからにカラカラに乾いていらっしゃいました。まず、口腔ケアをしましょうか。コップに水を汲んできてもらい、普段お使いの歯ブラシを持ってきてもらいます。歯ブラシはエラックのようなタイプが向いている口腔内でした。



☞ お好きなタイプの洗口剤を数滴加えてかき混ぜます。

これを2つに分けて、片方はブラッシング用に、もう片方は、最後の洗浄用に使います。歯ブラシは、ブラッシング用の水につけ、これを攪拌するようにゆすぎながら、繰り返し磨いていきます。片方は、最後に洗浄用に使います。

まず、口腔ケアをするときのポジショニング。このクライアントは、仰向けで平らに寝ていました。いつも平らに寝ているのでいきなり起こさず、わずかに上半身を起こし、誤嚥防止に枕の下に薄い枕をもうひとつ加えて、頭だけ少し前方に起こします。麻痺はないので、顔の向きの左右は気にせず、介護のし易いほうに少し向けて、膝も少し曲げて下にクッションを入れると本人も楽に受けられます。さあ、口腔ケアを始めましょう。必ず行うのが、声掛けです。次に正中よりもなるべく遠いところ、この方の場合には両頬にしっかり触れてから、顔を指先でかるくなぞるように正中から外側へ円を描くようなマッサージを左右対称に行います。つづいて唇のストレッチをしましょう。上唇3か所、下唇3か所に分けてしましょう。親指と人差し指で唇の外側の筋肉を厚めにつまんで1呼吸に合わせるようにゆっくりと、1・2・3・と数え4で離しましょう。1箇所につき10回ストレッチをするのなら6箇所すべてを10回ずつ行います。更にほっぺたのストレッチをしましょう。歯ブラシの柄で頬の内側を上から下に向けて、外側へ広げるようなストレッチをします。1箇所につき、ゆっくり1・2・3・と数え4で離すという1呼吸に合わせるような方法でゆっくり行います。準備運動が終わりましたら、いよいよブラッシングです。この方は一番後ろの臼歯のほっぺた側から1歯ずつ横磨きを行いました。

さあ、最後に最初にとっておいたコップ半分の洗口液入りの水と吐き出す入れ物(ガーグルベイスン)を用意し声掛けしながら、こちらの介助で口にそそぎ、下側の口角を指で下げて水を入れ物に流しました。さっぱりしましたね、さぞや、喉も乾いたことでしょう。「水でも飲みましょうか?」とお声掛けし、奥さんにコップ1杯の水を汲んでいただきました。コップを口元に運ぶと、ご本人はごくごくとおいしそうに連続飲みをされました。そして、一気に飲みほされてこう言われたのです。『う～んまい!!』。それを耳にされた奥さんは、非常にびっくりされてこう言われました。『しゃべった!!!』と。私は、その奥さんの反応に驚き、「いつもお話しはされないのですか?」と伺いました。間髪いれずに、ご本人が『おめえが、のませねえからだ・ん・べ。』とおっしゃいます。奥さんはますます、『しゃべった!?!』と驚かれています。枯れ木に水・・・まさにそんな言葉がぴったりな状況でした。この日から、奥さんが熱心に口腔ケアをされるようになり、日に日にご本人の意識レベルがあがり、いろいろと食べられるようになったのです。

