



いつでも、どこでも、だれでもが、 楽しく、美味しく、安全に食べるには —「食べる・飲み込む」の科学と リハビリテーションの研究—

保健福祉学部 コミュニケーション障害学科
教授 矢守 麻奈 (やもり まな)



連絡先 県立広島大学 三原キャンパス 3423号室
Tel 0848-60-1278
E-mail myamori@pu-hiroshima.ac.jp

専門分野： リハビリテーション、言語聴覚障害学、摂食嚥下障害学、言語聴覚士養成教育

キーワード： 発声発語機能障害、摂食嚥下障害、認知機能、認知症、胃ろう等代替栄養、介護予防、ウエル・エイジング

● 主な取り組み・活動

どんな年齢の人でも様々な病気やけがによって、飲食する機能（摂食嚥下機能）に障害を生じます。また歳を重ねるとやはり摂食嚥下機能に変化を生じます。毎日の小さな変化が積み重なって、自分も周囲も気づかないうちに、深刻な事態を招いてしまうことがあります。高齢者に多い窒息事故や誤嚥（唾液や飲食物が気管に入る）性肺炎、低栄養も、転倒などと同じく、そんな「忍び寄る障害」の一つです。障害や年齢による変化についての研究から、より良いリハビリテーションや障害予防の方策が解り、その方・その年代にふさわしい対応がとれます。時の流れを止めるアンチエイジングはできませんが、より快適な熟成（ウエルエイジング）を迎えたいものです。

リハビリテーションは、当事者だけが頑張ればいいものではありません。当事者と周囲の環境が歩み寄ってこそ高い効果が得られます。障害のある方に関する方は勿論、一般の方も、若くて健康なうちから飲食のしくみとその障害について知っていれば、大切な方やご自分が高齢になったり障害を生じた時にスムーズに適切な対応をとれます。昨今否定的報道の多い「胃瘻」も、問題なのは、胃瘻自体でなくその前後に適切な予防・治療・看護・介護・リハビリテーションが十分行われていないことでしょう。

現在までの研究で、1)飲食機能の低下は60歳代から始まる、2)しかし一口量は高齢者ほど多くなる、3)健康な時は男性の方が速く多く飲めるが、誤嚥性肺炎や窒息も男性の方が多い、

4)食物の形態や姿勢、食器、飲み方・食べ方によって誤嚥性肺炎や窒息を防止できる、5)嚥下機能低下を防ぐ体操がある、等々が解明されています。

● 今後の目標・抱負

「むせた時には水を飲む」「上を向いて飲む」「食べながら話す」「前かがみで食べる」など普段何気なく行っているも高齢者や障害のある方には危険なことも多いのです。具体的に「いつまでもおいしく食べる・食べさせるコツ」にご興味のある方・施設はどしどしご連絡ください。「出前講座」「出前研修」に伺います。

今後も、年齢による摂食嚥下機能の変化や認知機能と摂食嚥下機能との関連に関する研究を続け、摂食嚥下機能の維持・改善につながるリハビリテーション技法・用具の開発を目指したいと考えています。

● 地域・社会と連携して進めたい内容

1)急性期・回復期・維持期の医療機関や介護保険事業所、看護師・介護福祉士・管理栄養士等関連職種養成機関等と連携し、摂食嚥下リハビリテーションの普及・振興に努めたいと考えています。

2)市町村等自治体の健康増進・高齢者保健等管轄部署の行う市民健康教室、介護予防事業、介護教室等や小学校～高等学校の保健体育・生活科の授業と連携して、学童・生徒から一般成人や高齢者に啓発活動を行い、摂食嚥下・認知機能の障害に対する理解と予防の促進につなげたいと思います。

3)医療器具、外食・食品産業、ゲーム産業等に対しても働きかけを行い、摂食嚥下・認知機能のリハビリテーションに使用できる機器・用具・食品の開発・普及を目指し、高齢者や障害のある方の活動範囲拡大につなげたいと希望しています。