

高カロリーゼリー食を取り入れて

～ 口から食べて豊かな人生～

施設名：いしがき太陽の里

発表者：金城 真ふ実

有馬 美幸

【施設紹介】

いしがき太陽の里は入所定員 100 名・通所リハビリテーション定員 30 名・通所介護定員 40 名であり、厨房職員は、管理栄養士 1 名、栄養士 1 名、調理員 9 名の計 11 名で施設利用者の栄養管理に携わっている。

【はじめに】

口から食べるという動作は、消化器だけでなく視覚・聴覚・臭覚などの五感を刺激し、脳を活性化させたり、だ液の分泌を促す働きがある。

又、各部の筋肉を使うため全身にも優れた影響を与える。嚥下力の低下により誤嚥や咽込みがみられると食べ物が十分に摂れなくなり、水分や栄養の不足による体力の低下に繋がる。

そこで、当施設では嚥下力の低下がみられる入所者に対して安心して口から食べていただけるよう 3 年前にゼリー食を導入した。

しかし、年齢を重ねることに伴うさらなる体力・嚥下力の低下により、毎食 4～5 品の食事を摂ることが困難となり栄養状態が低下した入所者に対しての食事内容を検討し、固形化した濃厚流動食を食事に取り入れ栄養状態が改善された結果が得られたので報告する。

【準備】

栄養士が濃厚流動のゼリーを作り、嚥下力が低下している入所者に提供して状態を観察。

必要性を確認後、厨房調理員に入所者の現状を伝え濃厚流動のゼリー食が必要とされていることを説明して導入を理解してもらった。冷たい食事を好まない入所者に対して一定の温度でも固形化が保つことができるソフティア ENS を使用し固形化を開始した。

【食事内容の比較】

通常のゼリー食の提供量。

・ 1200kcal、蛋白質 40～45g

(朝食 4 品・昼食 5 品・夕食 4 品)

高カロリーゼリー食の提供量。

・ 1400kcal、蛋白質 45g～50g

(朝食 3 品・昼食 3 品・夕食 3 品)

【事例】

氏名：T.N さん

- ・ 性別：男性、年齢 74 歳、要介護度 5
- ・ 疾患名：脳梗塞、高血圧症、四肢麻痺、硬縮
発語不可能 (既往歴 誤嚥性肺炎)
- ・ 食事形態：主食、副食 ゼリー食
- ・ 食事摂取状況：全介助、上下義歯使用
- ・ 家族からの情報：T.N さんは元々食が細く、甘いものを好まれていたが痩せ傾向であった。

2007 年 10 月に入所された T.N さんは、嚥下力低下されていた為、ゼリー食で食事提供開始となった。身長 143cm、体重 32.75kg、BMI16.0 と低体重の T.N さんには、食事の他にトロミをつけた濃厚流動食を提供し体重増加に努めた。

2008 年 3 月に一時退所され、次月に再入所された T.N さんは嚥下状態がさらに低下されており、食事の摂取に毎食 1 時間弱の時間を要するため褥瘡が出来る危険性があり、食事時の座位時間の短縮が必要とされていた。又、体力も低下されており、後半になると開口も小さく吐き出し行為もみられ必要な栄養量が取れなくなっていた。採血を実施したところ、総蛋白 5.1g/dl・アルブミン値 2.8g/dl と低栄養状態であり品数を少なく提供し食事摂取の軽減、必要栄養量の摂取確保が必要だと思われた。

品数を少なくするためには食材では対応しきれない為、濃厚流動食の固形化を取り入れその中に吸収の促進作用を持ち好まれる甘味にするため黒糖を加えた。

【経過観察】

品数が毎食1品少なくなり、好まれる甘味のを兼ね合わせた食事の提供により以前より食事時間の短縮がみられ、又摂取量が増加し体重が増加していった。

表1・高カロリーゼリー食経過

月	体重	BMI	総蛋白質	アルブミン	経過
4	34.2kg	16.7	5.1g/dl	2.8g/dl	開始
5	37.1kg	18.2			1ヶ月
7	40.2kg	19.7	6.3g/dl	3.6g/dl	3ヶ月
9	37.0kg	18.1	6.2g/dl	3.5g/dl	5ヶ月
11	39.8kg	19.5			7ヶ月
1	41.3kg	19.5	6.6g/dl	3.8g/dl	9ヶ月

記録は2008年4月から2009年1月。

濃厚流動独特の味に変化をつけ、甘味をつけて食べやすく提供するため黒糖を加えることを試みた。黒糖にはビタミン・ミネラルの吸収を促進する作用があり、濃厚流動食は黒糖と味がなじみやすいため甘味を好む方には適していると思われた。

【まとめ】

高カロリーゼリー食の導入により、提供する品数が減らす事ができ、食事摂取時の負担が軽減された。必要栄養量の摂取が確保されたことにより栄養状態が改善され、経口からの摂取期間を延長することができた。現在当施設では入所者100名に対して約20%は通常のゼリー食、約5%は高カロリーゼリー食を提供している。

中には、高カロリーゼリー食を摂り始めて下痢をされる方がみられ濃厚流動食の使い分けが必要と思われた。消化・吸収力が低下された一部の高齢者には 脂肪の割合が高めなものは腸に負担がかかるため下痢を起こす要因の一つになるのではないかと考えられる。

ひとり一人の状態に合わせた食事形態・嗜好に合わせた食事の提供の重要さを改めて感じ、必要な栄養量の摂取を確保する為に高カロリーゼリー食の導入は必要なものであったと確信している。

【課題】

現在1種類の濃厚流動食を提供しているが入所者の状態に応じて数種の濃厚流動食が必要と思われる。

食べることは、楽しみ・喜びの一つでもあり生きる意欲に繋がっていく。今後も他職種と連携し、入所者個々に合わせた食事を提供できるよう取り組んでいきたい。