

健口体操と機能訓練を実施する事による可能性

発表者：世田谷区社会福祉事業団デイホーム芦花 谷 義幸

共同研究者：世田谷区歯科医師会 笹嶋 正章先生

《研究前の状況と課題》

『昔のように健康で散歩や旅行…美味しいものを食べ歩きたいな』というような利用者の切なる思いを良く耳にしていた。そのような願いを事業所としてどのように実現していくか？単に目標だけを掲げプログラムを施行してくのか問題となった。そこで、既存のプログラムの中で試行している、機能訓練プログラム及び口腔機能向上プログラムに着目し、機能訓練プログラムのみアプローチで良いのか、口腔機能向上プログラムのみアプローチで良いのか、それとも両方を同時に行う事による効果を狙うのかという課題があがった。

《具体的な取り組みの内容》

機能訓練は転倒予防体操及びマシントレーニングを実施。口腔機能向上プログラムは健口体操及び口腔ケアと歯科衛生士による口腔内チェックを実施した。期間は3年間。午前中に機能訓練を行い、食前には健口体操、食後に口腔ケアを実施。機能訓練及び口腔機能の評価に関しては3カ月に一度評価をした。

- ① 機能訓練プログラムは東京都老人総合研究所のマニュアルを基に実施。
- ② 口腔機能向上プログラムは、助言を東京都世田谷区歯科医師会の芹沢直記先生を中心にしていただき、歯科衛生士と介護職員及び看護職員で健口体操マニュアルを作成。食後の口腔ケアに関しては、一目で義歯及び磨き残し等が多いかのポイントを誰が見てもわかるように歯ブラシに工夫をする。また、歯ブラシの衛生管理から高齢者の口腔ケアの意義等についても芹沢直記先生にレクチャーしていただく。また義歯等の不具合や虫歯等口腔内の問題に関しては積極的に歯科受診を勧めた。

《取り組みの結果と評価》

機能訓練プログラムのみの利用者について

- ① 評価に関して有意差があり、数値上機能的低下がみられた。

併用プログラムの利用者について

- ① 評価に関して有意差があり、数値上機能的向上がなされていた。

《まとめ》

口腔改善プログラムと機能訓練プログラムを併用することにより数値的变化がみられ、効果があり、またADL改善にもつながった。

今後はADLの変化についても数値として評価できるよう取り組めるものを確立していきたい。