

嚥下障害に対する介護食品への期待と課題

井上 誠

日本の人口の高齢化は年々進行してきている。さらに、平均寿命の伸びを反映して高齢者率（全人口に占める65歳以上の人口割合）も驚異的に伸び続け、2011年では23.3%に達し、2055年には40%にまで及ぶといわれている。人口の高齢化とともに疾患の多様化が進んだことで近年注目されてきたのが嚥下（えんげ）障害である。嚥下障害とは、食べること・飲み込むことの障害を指す。舌や咽頭のがんに対する手術や放射線治療、脳卒中や脳腫瘍術後の後遺症、パーキンソン病などの神経病などが原因で、食べ物を喉に送り込めない、飲み込めないなどの症状を含む。ことに、飲み込む（嚥下）機能は生体にとってもっとも大切な機能のひとつであり、その重要性は、以下のようにとらえることができる。一つ目は、栄養や水分摂取のために食べ物や飲み物を口腔から食道へと移送する消化管活動、二つ目はこの期に起こりうる誤嚥（食塊が気管に落ち込むこと）や窒息を防ぐ、そして三つ目は、食塊が咽頭を通過することで初めて味わえる幸福感である。

嚥下障害によってこれらの機能が脅かされた場合、現代の医療が獲得した代替栄養法のひとつに胃瘻をはじめとする経管栄養法がある。これは、鼻から入れたチューブや胃に穴を空けて通したチューブを介して栄養剤を流し込む栄養法であり、誤嚥などの事故を回避して、安全に、簡単に栄養や水分補給ができるとの理由から、日本では40万人以上の患者が胃瘻を施されているといわれる。

医療の観点のみの視点で急速に普及してきた経管栄養法を見直して、口から食べることの大切さを見直すことで、生活の質を改善しようという施策のひとつとして、2009年、厚生労働省は特別用途食品の表示許可の項目に、新たにえん下困難者用食品を設けた。これは嚥下障害のある方でも安全に食事が食べられることを目的として、客観的データに基づいた食品条件を数値化したものである。そこでは、クリープメータを用いて、サンプルの硬さ、凝集性、付着性などを計測してその数値と障害の程度をマッチさせている¹⁾。嚥下障害には(1)咀嚼力や舌の力の不足により、食べ物を噛んで粉碎したり口腔内を移送することが困難である、(2)嚥下反射を正しいタイミングで引き起こすことができない、(3)運動機能不全により、食べ物や唾液などの分泌物が飲み込んだ後の咽頭に残留することで、これらを誤嚥する危険を

はらむ、などの代表的な病態が知られているが、これらを代償するものとして、(1)嚙まないでも丸飲みができる軟らかいもの、(2)粘膜に貼りつきにくい付着性が低いもの、(3)まとまりがよく一塊として飲み込みやすい凝集性の高いものが安全とされることから、計測機器上の値が嚥下障害をもつ患者さんにも適応できると考えられており、実際、健常者を対象とした生理機能研究では、食品の力学的特性と嚥下関連機能との関連について調べたいいくつかの研究報告があることは²⁾、食品物性の調整が嚥下障害を補完する可能性を示唆する。

えん下困難者用食品として、食品の提供条件を数値化したことは評価できるものの、その問題は少なくない。一つ目に、これらの物性値を定めるために対象とした患者さんは仮性球麻痺と呼ばれる脳梗塞に限定されているため、さまざまな原因疾患やそれに基づく病態像と食品物性がどのようにマッチするかについては触れられていない。二つ目には、食品条件の中には含まれていない離水性、水分含有量、とろみなども大切な要素となることである。他方、味の違いは刺激によって分泌される唾液量にも大きな違いを生む。そこには、単なる唾液反射だけでなく、レモンや梅干しを思い出しただけで大脳を介して条件反射として出てくる唾液などにも関係してくる。えん下困難者用食品で定められた物性値は、いわゆる「丸飲み」を想定して与えられたものが多いが、わたしたちはほとんどの食品を歯や舌で押しつぶして唾液と混ぜ合わせる「咀嚼」過程を経て嚥下している。えん下困難者用食品で与えられた物性値には咀嚼機能は考慮されておらず、「安全に飲み込める」という視点が「楽に飲み込める」とこと勘違いされかねない懸念がある。

病院や在宅、施設などの多くの臨床現場では、一人でも多くの患者さんに口から食べることを実践していきたいという声も増えてきた。わたしたちが進めるべきは、医療や介護を通して、患者さんの食べる機能を真に見極めることにより、安全でおいしい介護食をどのように提供すべきかを考えていくことであると痛感する。

1) <http://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/iyaku/syoku-anzen/hokenkinou/dl/28.pdf>

2) Taniguchi, H. *et al.*: *J. Appl. Physiol.*, **105**(3), 791 (2008).