

“食べる”ということを考える－形態回復、機能回復から生活支援へ

遠藤 眞美

What is ‘eat for life’ ?

Mami Endoh

近年、歯科医療による良好な口腔の状態が全身の健康に寄与すると理解されるようになり、学会や雑誌で口腔機能の維持・向上や口腔フレイルという言葉が飛び交うようになった。大学院卒後十数年経過した中堅といわれる自分でさえ、こんな時代を全く想像していなかったわけで、急激な変化に驚いている。話題の中心は口腔機能、とりわけ、“食べる”ということに注目が注がれている。なぜ、“食べる”ことに歯科医療者の関わりが求められているのだろうか。単に口腔の専門家だからなのか。そこで、“食べる”ことを考えてみたい。

学生時代、最初に“食べる”を意識したのは生理学実習で体験したピーナッツの篩分法による咀嚼力の測定だった。歯科医療は、“かめる”＝“かみ砕ける”口腔をつくりだすこととイメージした。当時、ご指導頂いた先生方からは、そのように指導したつもりはないと叱られそうだが、基礎から臨床へと講義・実習が進み歯科保存学や歯科補綴

学などを学ぶと一層、口腔内の形態回復の重要性ばかりに注目してしまっていた。そして、臨床実習で“かめる義歯”を求めて何時間もかけて暗い表情で来院した方が新義歯という形態回復によって“かめるようになった”と笑顔で喜ばれる様子を何度も経験し、かみ砕ける口腔を作っているのではなく“食べる”ことのできる口腔の機能回復を行っていたのだと感じたときの衝撃は強いものであった。その頃から“治療後、かめましたか”と自然に使うようになっていた。この“かめる”というフレーズは歯科の専売特許のようなもので、私だけでなく多くの歯科医療者が必ずといって良いほど患者に問いかけ、治療の判断に応用していると思う。“かめる”ことが歯科の最も身近で揺るがない目標の一つであるからだ。この時の「かめましたか？」は食物をかみ砕くという狭義の意味での咀嚼とはニュアンスが異なり、一連の“食べる”という行為全般が示されていると思う。つまり、歯科医療で飛び交う“かめる”という言葉は“食べる”という生活の状況を含んでおり、生活臭をプンプン放っているのである。

狭義の“かめる”だけではおいしく食べられない。“食べる”ことは口腔機能だけで営まれるものではなく、食材を認知し、口に運んで食べようとする意欲などが必要であり、認知、運動、情意の機能の3領域が関係している。この3領域は食事に限らず日常行動の遂行にも共通して必要であり、学習の過程で獲得した機能や意欲が食事とい

【著者連絡先】

〒271-8587 千葉県松戸市栄町西2-870-1
日本大学松戸歯学部障害者歯科学講座
遠藤眞美
TEL : 047-360-9443 FAX : 047-360-9443
E-mail : endoh.mami@nihon-u.ac.jp

う範疇を超えて食事以外の様々な適応行動を引き出すきっかけとなることもある。例えば、要介護高齢者や障害児・者の食事支援において、お箸を使えるようになるのと字を書けるようになったり、「いただきます」という言葉が出るようになって周囲へ「ありがとう」などの感謝を表現できるようになったり、食事を楽しめるようになると他のリハビリテーションへの積極性が向上するなどを経験してきた。また、おいしさは思い出や空間、香りなど様々な感覚と記憶によって変化する。その方が何をどのように、誰といつ、どんなところで食べたいかが重要なのだ。

人にとって“食べる”とは、食材を認知し、かむことから味わい、おいしさを感じ、美しい所作を学びながら楽しい気持ちを食事をする人たちと直接的に共有し、また、食材や食事を作ってくれた方々への感謝といった間接的なコミュニケーションをはかる行為であって、“食事”は他者との関わりの中で人間らしさ（人間くささ）を感じる場である。何歳でも、どんな状況でも人として充実していく経験と学習の場であり、各人の記憶や想いとなって生活を豊かにする生きる活力になるといえる。

したがって、歯科医療者が食事に関わるということは安全のためにと検査食を使った嚥下内視鏡（VE）や嚥下造影検査（VF）のたった一回の結果による禁食指示や、栄養摂取さえできていれば良いと同じ味のゼリーを毎日、食事として摂取するように提案したり、認知症で汚すからと別の部屋で一人で食べるように指導するというものではない。障害や疾患があるからと食べることを

諦め（させ）る必要や安全面や栄養面だけを画一的に調整する行為ではないのは明らかである。

豊かな生活となるための食事支援には、患者の生活を理解し、想いに寄り添う必要がある。元来、歯科医療者は生活に入り込むのが得意な医療職といえる。というのも、歯科医療が対象としてきたう蝕、歯周疾患は生活習慣病であり、これらの疾患を予防するためには適切は歯科保健行動への行動変容を促したり、義歯使用に関して本人の使用意欲を後押しする必要性から、歯科医療者は少なからず患者の生活に入り込んで共に生活の改善を試みてきたからだ。そうやって、歯科医療は対象者の適応行動を引き出すことで医療と生活をつなぎ、ひいては周囲の人までも幸福に導ける医療なのである。

超高齢社会となり歯科受診患者が多様化している今日、歯科医療者には口腔の形態回復、機能回復に加え、生活臭の漂う“かめる”“食べる”を通して感じる患者の想いに寄り添いながら本人の生きる意欲を引き出す生活支援を行う役割がますます求められることになるであろう。

文 献

- 1) 遠藤眞美：口腔機能の加齢変化 (3) 「かめましたか？」は機能への問いかけ, 歯界展望, 123, 1052-1053, 2014.
- 2) 遠藤眞美：少子高齢化社会だからこそ知っておきたいこと なぜ、今、機能なのか?, the Quintessence, 31, 1412-1413, 2012.
- 3) 遠藤眞美：義歯拒否を訴えた要介護高齢者に対して専門的口腔ケアを行った2症例 心理的アプローチを中心に, 日本口腔ケア学誌, 1, 25-30, 2007.