

岡山プライマリ・ケア学会会報

第十六号 平成二十八年五月

第二十三回岡山プライマリ・ケア学会

総会並びに学術大会の報告

生命と生活を結ぶ地域社会の創造に向けて

―保健・医療と福祉・介護をつなぐ連携のあり方―

平成二十八年三月二十一日（月・祝）

岡山衛生会館 中ホール 第一・二会議室

記念講演①

「要介護高齢者に対する

多職種連携による口腔ケアの効果」

鏡野町国民健康保険上齋原歯科診療所 所長

鏡野町国民健康保険奥津歯科診療所 所長

澤田 弘一

昨今「口腔ケア」の重要性は歯科業界のみならず介護に携わる全ての職種で周知されてきております。口の中の清掃をすることは虫歯・歯周病の予防・改善につながり、特に歯周病に関しては病气としての認識の低さから罹患率も高く低下していない現況もあり、歯



澤田 弘一 先生

を失う原因の四十%以上を占めています。「清掃」という意味合いで捉えられがちな「口腔ケア」ですが、摂食・嚥下するための口腔機能の向上「リハビリテーション」の役割にも大きく寄与していることも重視されておりました。特筆すべきは「口腔ケア」における「清掃」により誤嚥性肺炎の原因菌となる口腔内細菌の絶対数を減少させ、「リハビリテーション」により誤嚥を防ぐことが、演者の示されるデータの中でも特別養護老人ホームでの「口腔ケア」実施群における肺炎による入院日数の減少で明示されております。

また「地域包括医療・ケアシステム」の枠組みの中で如何に地域に密着した活動をしていくか、その実際の取り組みについてご教示いただきました。各専門職と多施設において情報のシェアを行い連携しながら、フローチャートに基づき対象者の必要性に応じた「口腔ケア」を専門職が担当したほうが良いケー

スあるいは支援できる他職種のスタッフが行うケースと分担して行っておられます。当然ながら支援スタッフのレベルアップのためのシステムも構築されており、特に現場に直面される介護職員資質の向上が極めて重要であると述べられました。実際施設に「口腔ケア」の介入をしたケースでは施設職員の口腔および口腔と全身の関係について、理解が深められ、日頃の業務中においても関心が高まる結果が示されました。またこれに付随して施設利用者家族の口腔への意識の向上へもつながっております。



平均寿命の推移は年々右肩上がりとなり健康寿命の延伸は医療・介護に携わる者にとって最大の目標であろうかと思えます。人間の尊厳ともいえる口で食し、味わい、飲み込めることをできる限り尊重するために努力の傾注を促された先生のご講演でした。

(文責 岡山市歯科医師会理事 相坂 有一郎)

記念講演②

「超高齢社会と対峙する

Clinical Nutrition-Social Nutrition]

岡山済生会総合病院内科医長

犬飼 道雄

一九七〇年代より栄養管理にはNST (Nutrition Support Team) が導入され、病人に対して多職種が集まりさまざまな視点から栄養管理を行なうチーム医療が行われています。NSTにより治療成績が向上し、褥瘡や感染症の発生頻度が減少し、在院日数が短縮するなどの効果が明らかになっています。

当初は院内の医師や看護師、管理栄養士、薬剤師、臨床検査技師などにより構成されていましたが、最近では歯科医師やリハビリ、MSWなど幅広い職種が参加するようになり、活動も院内から地域へと広がりを見せています。

近年高齢化社会が進むにつれ、病人と健常

人のような分類が困難になってきています。平均寿命と健康寿命には十年くらいの違いがあり、この十年には、健康に関する三つの問題(食べられなくなる・歩けなくなる・認知できなくなる)があります。また最近社会性の低下↓運動量の低下↓意欲の低下が口腔機能低下や栄養障害につながる事がわかってきました。健康寿命を伸展させることが、今我々に求められています。

栄養学は臨床栄養 (Clinical Nutrition) に発展しました。NSTは Clinical Nutrition に貢献し、平均寿命の伸展に寄与した可能性があります。ひとたび病気になるとNSTは病院から地域まで連携し支え続けてくれるからです。最近社会栄養 (Social Nutrition) という考え方があります。多くの人々が栄養学を素養として身につけることで、予防に対する意識が向上したり、さまざまな視点とアプローチで栄養管理などが可能になります。したがって健康寿命の伸展は、



犬飼 道雄 先生

Social Nutrition が貢献できる可能性があります。

要介護者の年齢構成は高齢化し、老年症候群の予防が重要になっています。老年症候群の中でもとりわけフレイルが注目され、多くの高齢者はフレイルを経て徐々に要介護状態に陥ると言われています。約二十%の高齢者においてタンパク質やエネルギーが不足していると言われ、フレイルへの適切な介入・支援により生活機能の維持・向上が可能になります。フレイル対策における最初の一步は、しっかりと噛んで、しっかりと食べて、しっかりと動いていて社会参加できているかの気づきです。

平成二十九年二月二十三、二十四日と岡山市内にて第三十二回日本静脈経腸栄養学会学術集会が行われます。みなさまのご参加とご協力を宜しくお願い致します。

(文責 あいの里クリニック

管理栄養士・介護支援専門員 森光 大)



プラクティカル・エデュケーション

「おもちは、なぜ、のどにつまるのか!？」

～原因と対策を考える～

あいの里リハビリ苑 言語聴覚士

齋藤 真実子

「高齢者が餅をのどに詰まらせて亡くなった」というニュースが毎年のように繰り返されます。

のどに詰まりやすいことを分かっているながら、大好きなお餅をついほおぼってしまうのです。今回のプラクティカル・エデュケーションは、この「餅」をテーマに言語聴覚士の齋藤真実子先生に講演いただきました。

あいの里クリニックでは「おいしい介護食試食大会」という地域住民向けのイベントが開催されており、「皆様にはこのイベントに参加した高齢者になったつもりで聞いてほしい」とのことでした。

まず、口腔から咽頭にかけての解剖や嚥下の仕組みを分かりやすい言葉で図や動画を用いながら説明されました。そして、雑煮のお餅の特徴（スライド1参照）、食べるときの気持ちやそれぞれの動作を丁寧に解説し、窒息が起きる原因と対策がまとめていました。アツアツで軟らかい「おもち」も、のどを通るころには体温に近い温度にまで下がり、少し硬くなってしまうとの説明に、言われてみれば確かに詰まりやすくなると思えました。

スライド1

おもちの特徴



- 50℃～60℃で軟らかく、のびやすい
雑煮として提供される時の温度
口に入った時はこのくらいの温度
- 体温に近い40℃程度で硬く、伸びにくくなる
口からのどへと動く間に、徐々に温度が低下していく
- ベタベタとして、ひっつきやすい
口の中や、のどにひっついて通りが悪い



問題はお餅の性状にだけではなく、誰しも年を取り、身体の色々なところに機能低下が起こることです。そのうえに食べている物の特性に対する危険認識も甘くなり、窒息という事故につながりやすいのです。窒息とまではいかなくても誤嚥は頻繁に起こり、これらの事故を防ぐためには啓発、教育することが大切です。専門家にとっては当たり前でも、一般の方には難解なこともあり、どんな風に説明をすれば分かるように伝えられるのか大いにヒントとなる内容でした。

スライド2

介護食おせちいろいろ…



結局のところ、高齢者にお餅を食べさせて良いのかどうかという明確な答えは出ませんでした。咀嚼・嚥下機能を的確に評価したうえで、の個別対応が望まれます。

さらにイベントでは美味しそうなおせち料理、お雑煮などを機能低下した高齢者にもおいしく安全に味わえるようにいろいろな工夫がされていました。（スライド2参照）

（文責 岡山プライマリ・ケア学会役員

山本 道代）

◆研修会報告

岡山プライマリ・ケア学会

岡山県医師会プライマリ・ケア部会

合同研修会

平成二十八年三月二十六日（土）開催

テーマ

満足と感謝の中で人生を全うするためのACP

（アドバンス・ケア・プランニング）について

昨年度から二回目となる看取りに関する研修会では、「満足と感謝の中で人生を全うするためのACP（アドバンス・ケア・プランニング）」をテーマに、御津医師会会長の駒越春樹先生のわかりやすい解説後、御津医師会作成のDVD上映をおこない、その後、岡山赤十字病院緩和ケア科部長の喜多嶋拓士先生からご講演をいただきました。そして最後に七グループで多職種での意見交換を通して情報共有を行いました。

当日の参加者数は四十五名でした。年度末の多忙の時期での開催になりましたが、医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士、保健師、看護師、医療ソーシャルワーカー、ケアマネジャー、訪問マッサージ師、事務職等と多職種の方の参加があり、理想論に終わらない実際の現場での対応も含めての質疑応答や議論を行うことができました。

第一部の御津医師会作成のDVDの上映では、独居高齢者が別居の長男家族と「もしも

のため」の会話をしていたところ「縁起でもない」と言われる場面から、救急搬送された場面へ移り、延命措置の判断を家族が迷うストーリーでした。誰もが体験する可能性が高い内容を、劇仕立てで自分の事として考えることができる内容でした。

第二部の講演では、「これがあなたの生きる道」ACPで輝く人生の終幕（フィナーレ）のテーマで、座長を佐藤涼介副会長にしてくださいました。講師の喜多嶋先生からは「日本は平均寿命だけでなく健康寿命も世界一だけど、寝たきりの期間が長い現実がある」「結局ACPとは、人生という旅の終盤を歩いていくためのナビであり、その行程（プロセス）こそが最も重要。本人の生きてきた時間や背景、価値観、希望を『これからの人生』に反映させるため、医療者も早期から相談できる同伴者としての信頼を得ることが大切。家族が納得と満足感を得ることで、その人のいない時間を生きていく悲しみを和らげ、安心を与える」等とACPに関する内容を、前向きに楽しくお話をしてくださいました。

その後、七グループで『感謝と満足に満たされたお別れ』をどうプロデュースするか多職種の役割のテーマで、本人、家族の視点も含め、どのようにすれば、より良い選択ができるかについて話し合いました。

グループ全体の発表では、「ACPがないと誰も決められない。本人と家族の意見も違う」「かしこまってお話をしても難しい。日頃か



ら本人、家族、多職種のチームがリラックスした関係の中で情報を共有していることが大事」「ACPは、より良く生き大往生するための共にしていく準備」など、多数の御意見がありました。

これからますます在宅医療・介護の推進とあわせて終末期医療における現場での情報共有が重要になると思われます。医療関係者からの適切な情報提供と、本人、家族の気持ちの揺れに寄り添いながらも意思表示を促すチーム力で、どこまでより良い選択ができるか、示せるかが問われていると感じました。

やはり医療・介護の関係者との信頼関係の中で、元気な時から自分ひとりではないと、ともに考え準備をしていくことで、それぞれの人生の最期に、満足と感謝に満ちたフィナーレを迎えることができるのではないかと思えます。

（文責 岡山プライマリ・ケア学会研修委員

黒住 紀子）

◆関連団体の紹介

岡山県医師会館の概要

公益社団法人 岡山県医師会

岡山県医師会は、長年交流会館として、また数々の学会や研修の場、そして医療関係団体の拠点として活躍した岡山衛生会館を離れ、平成二十八年三月十五日、岡山駅西口に新たに建設された岡山県医師会館へ移転いたしました。今回はその新会館の概要をお伝えいたします。



○名称 岡山県医師会館

○所在地 岡山市北区駅元町十九番二号

○交通のご案内

・鉄道 JR岡山駅中央改札口から

・バス JR岡山駅東口バスターミナルから 徒歩約三分

・空路 岡山空港から岡山駅行きのバス利用 徒歩約十分

・陸路 山陽自動車道岡山ICから 約三十分

車約二十分

○貸出施設について

・三木記念ホール（2F・3F）

岡山衛生会館に設置されていた三木記念ホールの名称を引き継ぎ、三〇三座席（デスク付き）のシートを設置しており、車椅子（無料貸出）用の席もごさいます。ホール利用時には向かいのリットシティビルと結ばれている連絡橋により、岡山駅から直接ホールへお越しいただけます。また、ホールの名称の元である故岡山県知事 三木行治氏のギャラリーを設けております。

・第1会議室（4F）

収容可能人数一五六名の講演会・研修会に最適な会議室です。

・第2会議室（4F）

一室四十八席ですが、パーティションで二室に分割可能な小規模会議室です。

その他、講演会の講師控室や託児室を設置しております。また、災害時には避難所としての利用も想定しております。

（岡山県医師会館の詳細についてはホームページをご参照ください）

◆研修会の予定

- ◎平成二十八年九月
プライマリ・ケア講座
 - ◎平成二十八年十月～十一月
認知症研修会
 - ◎平成二十八年十二月
実践シンポジウム
 - ◎平成二十九年二月
岡山県医師会プライマリ・ケア部会研修会
- ※詳細は追ってご案内いたします



◆お願い

平成二十八年度の会費のご請求の時期が近づいて参りましたのでよろしくお願いたします。
また、学会に対してご意見、ご感想などございましたらお聞かせ下さい。

◆入会のご案内



★申込書は、HPからダウンロード出来ます。
<http://www.p-care-okayama.com/>

岡山プライマリ・ケア学会 入会申込書

岡山プライマリ・ケア学会
会長 福嶋 啓祐

日本プライマリ・ケア学会が平成21年に日本プライマリ・ケア連合学会として再出発したのを機に、日本プライマリ・ケア学会岡山支部は、岡山プライマリ・ケア学会として設立しました。基本的には、今までの20年の歴史を継ぎ、岡山の特徴をもとに多職種連携の場にもなりたいとします。
これらの活動には、岡山県医師会から多大のご協力を頂いています。

○具体的な活動

1. 学術大会（平成27年度・第23回）
2. 多職種共同士の研修
3. 認知症を地域で支える方策と実践活動
4. 在宅療養に有効な連携バースシートの普及【連携シートむすびの和】
5. 医療従事者

詳細は、ホームページをご確認ください。「岡山プライマリ・ケア学会」で検索。




年会費：医師・歯科医師・薬剤師：5,000円
その他：2,000円

【申込日】 平成 年 月 日

氏名：	職種：
連絡先（郵便・自宅）	
住所（〒）：	
所属（連絡先が勤務の場合）：	電話番号：

申込先：岡山プライマリ・ケア学会 FAX：086-251-6622

◎どなたでも入会出来ます。 ◎入会は随時受け付けます。

編集後記

災害は、いつも思わぬ時にやって来ます。お亡くなりになられた皆様とご家族とつらい別れをされた皆様にお悔やみ申し上げます。
二十一年前の阪神大震災と比べて今はSNSなど驚くほどの変化を感じます。心ない情報も流れているようですが、どうか惑わされず地域で力を合わせて復興に向かっていっていただきたいです。そして、住み慣れたご自宅から離れておられる皆様に 一日も早く安全に暮らせる日が戻ってくることを祈っております。

編集委員

佐藤 涼介
菅崎 仁美
丸田 康代
奥田 圭太郎

編集・発行

岡山プライマリ・ケア学会 事務局

TEL 700-0024

岡山市北区駅元町19-2

(岡山県医師会内)

TEL : 086-250-5111

FAX : 086-251-6622

Eメール : gakkai@p-care-okayama.com