

医療ルネサンス

No.6997

歯科訪問診療

1/4

食べて生きる気力養う

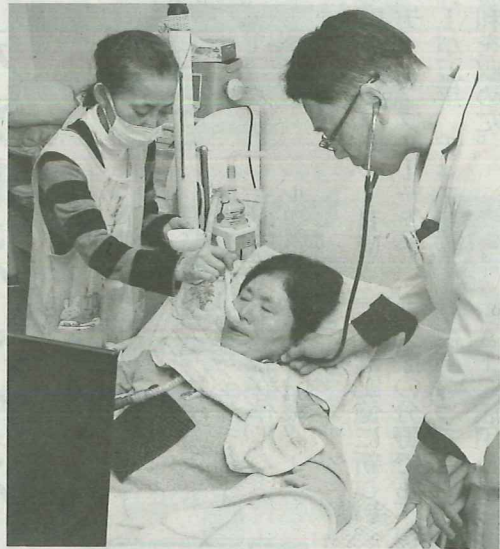
千葉県柏市の座間由紀子さん(64)は毎週1回、**金剛寺歯科クリニック(柏市)**院長の**金剛寺高宏**さんの訪問診療を受けている。20年ほど前から体が動かなくなる難病を患う。

7日朝、金剛寺さんは座間さんの自宅を訪ね、口からきちんと食事を取れているかチェックした。

メニューは、梅がゆ、エビ、ホタテ、イカの刺し身、カボチャのスープ、温泉卵などだ。

夫の一博さん(64)が、のみ込みやすいよう細かく刻むなどして作った。ヘルパーがスプーンですくって口に運ぶと、座間さんは、舌で味わうようにしながら、慎重にのみ込んだ。

金剛寺さんは首に聴診器を当て、のみ込む時の音を確認した。「前より(食べる)ペースはいい。安心して楽しんでください」。座



食事中の座間さん(中央)に聴診器を当て、のみ込む時の音を聴く金剛寺さん(右)(7日、千葉県柏市で)

間さんはうれしそうな表情を見せた。

座間さんは2013年、前歯のかぶせ物の見た目が気になり、治療を希望した。ふだんの訪問診療を担当していた医師が柏歯科医師会に相談。金剛寺さんに来てもらうことになった。

歯の状態を調べたところ、虫歯や歯周病があり、治療した。口からきちんと食べられているかどうかも確認し、注意深く見守って

いくことにした。

おなかには、穴を開けて胃ろうをつけているが、朝食は口から食べている。

「食べることは生きる気力です。大好きなお刺し身を食べられるのもうれし」。時には、車いすに乗り、買い物や四季折々の花を見に出かけたり、寺社を巡ってご朱印集めを楽しんだりする。

柏歯科医師会は、訪問診療に力を入れる。約20年前、

「歯科介護支援センター」を設置した。

自宅で療養生活を送る人の家族などから「うまくかめない」「食事中によくむせる」といった相談を受け、必要に応じて歯科医師の訪問診療につなげる。17年度の訪問診療は約760件で、10年前と比べてほぼ2倍になった。

金剛寺さんは「体の自由がきかず、歯科治療をあきらめていた人もいます。医師などとも連携しながら、そうした人たちを訪ねて状態を改善させ、生活の質を高めるのが私たちの役割です」と話す。

口の中の衛生状態が悪いと、全身の健康にも悪影響が出かねない。歯周病は、糖尿病を悪化させたり、心臓病などのリスクを高めたりますといわれる。食べた物といっしょに、口の中の細菌が誤って肺や気管に入ると、肺炎を引き起こす要因となる。歯科訪問診療の現場を紹介する。(このシリーズは全4回)

ご意見・情報を 〒100-8055 読売新聞東京本社医療部 FAX03(3217)1960 iryou@yomiuri.comへ

きょうのひと皿

ウズラの卵ササミ巻きフライ

時間の目安 30分/熱量 396kcal/塩分 0.7g (1人分)

*材料2人分

ウズラの卵(水煮) 6個/鶏ササミ(小) 6本(200g)/キャベツ150g/パセリのみじん切り大さじ1杯/溶き卵適量

などでたたいて広げる。

- (2)に塩、コショウ各少々をふり、ウズラの卵を包む。6個作る。
- (3)に小麦粉適量、溶き卵、パン粉の順に衣を付ける。
- 170度の揚げ油に(4)を入れ、4~5分かけてカリッと揚げ



医療ルネサンス

No.6998

歯科訪問診療

2/4

地域連携で小児ケア

「やっと生えてきたね」

東京都立川市の浅見一瑠君(7)の自宅で2月中旬、

横山歯科医院(東京都国分

寺市)院長の横山雄士さん

は、なかなか出てこなかつ

た一瑠君の上の前歯を見

て、うれしそうに話した。

一瑠君は脳性まひで、口の

中のケアとのみ込む機能の

確認が必要なため、毎月1

回、横山さんの訪問診療を

受けている。

2011年に生まれた一

瑠君は3か月間、入院生活

を送った。母乳は鼻から入

れたチューブで飲んだ。翌

年から在宅医療を利用し、

月2回、小児科医に来ても

らっている。その医師に「口

の中のケアは大切」と説明

を受け、横山さんを紹介さ

れた。

最初は、口を開けてもら

うことも大変だった。横山

さんは、一瑠君の頬を手で

触り、慣れてもらおうとこ

から始めた。訪問を繰り返すうちに、口の中を見せてくれるようになった。

この日は口の中を掃除

し、出血などの異常がない

か確認した。一瑠君は、嫌

がるそぶりは見せなかつ

た。

診察中、横山さんは「学

校はどう?」などと母親の

話を聞いた。今は、ミキサーにか

けた佳美さんの手

料理などを胃ろう

から入れる。

佳美さんは「少

しでも口から食べ

てもらえるよう、

どんなものがいい

か探っています」と

話す。

横山さんら東京

・多摩地区の歯科

医師は、在宅医療

の

を

を

を

佳美さん(46)に尋ねた。通

学する特別支援学校でイチ

ゴケーキを作る授業がちょ

うどあり、佳美さんは「ミ

キサーにかけた)イチゴは

完食したみたい」と笑顔で

報告した。

一瑠君は16年11月、おな

かに穴を開けて胃ろうをつ

けた。今は、ミキサーにか

けた佳美さんの手

料理などを胃ろう

から入れる。

佳美さんは「少

しでも口から食べ

てもらえるよう、

どんなものがいい

か探っています」と

話す。

横山さんら東京

・多摩地区の歯科

医師は、在宅医療

の

を

を

を

を



横山さん(左)に歯をきれいにしてもらう浅見一瑠君(2月18日、東京都立川市で)

を受ける子どもたちの口をケアする仕組みを作ろうと15年1月、「多摩小児在宅歯科医療連携ネット」を設立した。かかりつけの医師などから患者の紹介を受けると、最寄りの歯科医師に訪問診療を依頼する。虫歯の治療などが必要な場合は、歯科のある大きな病院を紹介して受診してもらおう。こうした子どもたちは、呼吸器や心臓の病気があることも多く、治療に細心の注意が必要だ。治療が終われば、再び担当の歯科医師が訪問診療にあたる。横山さんは「重い障害や病気があると、口の中のケアがおろそかになりがちです。しっかりケアをすれば、唾液に含まれる細菌も減り、誤って気管に入っても肺炎になる危険が少なくなります。きめ細かい対応ができるよう、ネットには多くの歯科医師に参加してほしいと思っています」と語る。

「病院の実力 2019総合編」が発売中。一般書店と読売新聞販売店で扱っています

きょうのひと皿

だし巻き卵春野菜あんかけ

時間の目安 20分/熱量 153kcal/塩分 1.7g (1人分)

*材料 2人分

卵 3個/だし汁255cc/キヌサヤ6枚/ミツバ6本/ニンジン1/4本

る所に油を塗り、奥に寄せて(1)の1/4量を広げて巻く。同様に2回繰り返す。

3. 小鍋にだし汁150cc、細切りにしたニンジンとキヌサヤを入れ火にかける。煮立ったら2~3分煮て、酒小さじ1杯、しょうゆ、みりん各同1/2杯、



医療ルネサンス

No.6999



歯科訪問診療

3/4

がん患者の食事後押し



歯科医師の診察を受ける沢田さん（2月20日、岩手県立中部病院で）

を浮かべた。腰の痛みを訴えて1月初旬、入院した。検査で骨などにがんが見つかり、放射線治療を受けた。

がんが進行している患者へのケアも重要だ。歯科がない岩手県立中部病院（岩手県北上市）では、地域の歯科医師が毎週、交代で訪れ、入院患者を診察する。「食事ができるようになります。安心していきます」

北上市の元小学校教諭、沢田公雄さん（86）は2月中旬、病室でほっとした表情

燥症」と診断された。がんとの闘いで体の抵抗力が落ちたためと考えられた。

まず、毎日、水でうがいし、口の中を清潔に保つようにした。1月下旬に治療薬を塗ると、数日で症状は治まり、再び食事を楽しめるようになった。2月上旬には、妻咲子さん（80）に好物の大巻きやすき焼きを作ってもらい、残さず平らげた。歯科の診察は継続して受けている。

1月中旬、口の中がざらついて渴きを感じるようになった。そのうち、舌がシリシリと焼けるように痛み、食事を取るのもつらくなった。「歯科医師に診てもらいませんか」。病院の歯科衛生士に勧められて診察を受ける。口の中はコケのよう

年だ。今は花巻市歯科医師会と合わせ、計58人の歯科医師が、がんの緩和ケア病棟などへの歯科回診を分担している。

緩和ケア病棟では週1回、当番の歯科医師が回診し、患者の口の中の状態をチェックする。入れ歯の調整など、本格的な治療が必要な場合は、かかりつけの歯科医師などに改めて訪問診療を依頼する。

「あや歯科医院」（北上市）院長の高橋綾さんによると、積極的にケアを希望する人は「好きなものを食べたい」「お別れの際にきれいな顔でいたい」といった理由を挙げるといふ。

公雄さんは「体力が回復してきているなあと感じます」と明るく話す。腰の痛みはとれず、歩くことはできないが、「痛みと付き合いにくいかな」と思っています。でも、また歩けるようになりたい」と、リハビリへの強い意欲を見せる。

「受けたい医療 2019年版」が発売中。一般書店と読売新聞販売店で扱っています

きょうのひと皿

ボルシチ

時間の目安 110分/熱量 129kcal/塩分 0.9g (1人分)

*材料 4人分

- 牛すね肉（シチュー用） 200g
- ／ビーツ 1個／ニンニク 1かけ
- ／タマネギ 1/4個／セロリ 1本

間煮る。セロリの葉を取り出す。

2. ビーツは皮をむき、半分をすりおろし、残りは細切りにする。タマネギは薄切り、セロリの茎は斜め薄切り、ニンジン、キャベツは細切りにする。ニンニクはたたきつぶす。

医療ルネサンス

No.7000



歯科訪問診療

4/4

脳卒中のリハビリ指導

東京都足立区の竹の塚脳神経リハビリテーションシオン病院で2月上旬、4年前に脳梗塞を患った岩下良一さん(59)が、のみ込む機能の検査を受けた。

少量のご飯をよくかみ、のみ込む時の様子をエックス線を使って撮影する。検査を行ったのは、東京医科歯科大学准教授の戸原玄さん。歯科医師で、同病院で月2回、患者にリハビリを指導する。

この日、岩下さんは食べたものをしっかりとのみ込むことができた。戸原さんは「問題なし」と安堵した。

岩下さんは2015年3月、自宅で就寝中に目が覚め、めまいや息苦しさを感じた。夕食でチャーハンを食べた数時間後には、水さえ飲めなくなっていた。

翌日、脳梗塞と診断され、近くの病院に入院。食事を取れなくなったため、胃ろ

うをつけた。

発症から1か月ほどたった4月下旬、今の病院に転院し、のみ込む機能のリハビリを始めた。先端に風船の付いたチューブを口から入れ、食道の入り口に到達させる。風船に空気を送り、膨らませる。

「最初は苦しかったけれど、

ど、病室で周りの人が食べているのを見て、自分も食

べたいと思いました」

リハビリを始めて1か月ほどたつと、小さく砕いたせんべいをかんで、のみ込む訓練も始めた。少しずつおかゆなども食べられるようになり、15年10月に退院した。

だ。体重は入院時と比べて約20キロ増えた。岩下さんは「疲れを感じなくなりました」とほっとする。

同病院長の宮上光祐さん(脳神経外科医)は「脳卒中患者の多くは、のみ込む機能が落ちます。食事は体力の回復に影響するため、どのようにして食べられるようにするかが重要です」と説明する。

東京医科歯科大は昨年夏、「多職種連携で行う脳卒中患者の口腔機能管理マニュアル」を作った。患者の口の中を清潔に保つ道具の紹介や、舌を出したり引っ込めたりして、のみ込む力を取り戻す訓練の方法などを詳しく解説する。

マニュアルの作成にかかわった戸原さんは「口の中のケアやリハビリは、退院して自宅に戻った後も必要です。継続して患者さんを診ていく体制作りが課題です」と指摘する。

(次回「生殖医療40年」です)

(利根川昌紀)

連載「医療ルネサンス」は、原則、月曜日から金曜日の掲載です



岩下さん(右)が食べ物のみ込む様子を見ながら、戸原さんがエックス線を使って調べる。放射線防護を着ている(2月6日、東京都足立区で)

今は3か月に1回程度、病院で検査を受ける。自宅では、のみ込みやすいよう細かく刻んだ物を食べる。好物はハンバーグやエビチリ

きょうのひと皿

豚ひき肉とザーサイの炊き込みご飯

時間の目安 40分(米の浸水時間は除く)
/熱量 361kcal/塩分 1.6g (1人分)

*材料4人分

米 2合/豚ひき肉(赤身) 200g/味付けザーサイ 80g/長ネ

2. 長ネギ、ショウガ、ザーサイはみじん切りにする。
3. フライパンにゴマ油を熱し、長ネギ、ショウガをいため香りがたったらひき肉を入れる。パラパラになるまでいため、ザーサイ、酒大さじ1杯、しょうゆ小さじ1杯を加えい

