

PCT news letter vol.7

Palliative Care Team:緩和ケア委員会からのお知らせ

「生きること、食べること」

上飯田第一病院緩和ケアチーム（PCT）の活動をお伝えするレター、今回は10月31日に院内で開催した第3回公開カンファレンスの話題からです。年をとったり病気になったりすると、必ずといっていいほど「食欲がない」「歯が悪くて噛めない」「飲み込みにくい」など、食べることに問題が起こってきます。虫歯や風邪のようにすぐ治る場合はともかく、長期にわたる療養のなかでは、「**食べることは「よく生きること」**」に直結しています。病気を抱えた体の方にも、少しでも口からおいしくとって生きていただくために、私達はどんなサポートができるのか。食にかかわる言語聴覚士、管理栄養士、歯科衛生士それぞれの立場から、専門的な検査やケアの方法・患者さんとのかかわりなどについて講義してもらい、70名近い職員が聞き入りました。以下に、この3名より、リハビリやケアの大切さをわかりやすくまとめてもらいました。**緩和ケアって薬を出したり話を聞いたりするだけじゃない、日々の食事を含めたその人全体を、いろんな角度からみてサポートするんだな、**と感じていただければ嬉しいです。

管理栄養士 小川 隼人



管理栄養士の小川隼人です。栄養士＝女性というイメージを持たれますが、私は男性です!!! 栄養科で唯一の男性スタッフとして皆さんに可愛がって頂きながら業務に携わっています。

今回はPCTメンバーの栄養士としてどのような事を行っているか、ご紹介したいと思います。

当院には各病棟の担当管理栄養士がおり、入院された患者さんの食べている様子を見て、嗜好などの聞き取りを行い、数ある食事の種類から要望に沿った食事内容を選択し、医師の指示のもと提供を行っています。



～入院している患者さんへの食事の取り組み

- ① **ハーフ食**→名前の通り、通常の半分の食事量で提供します。それだけでは栄養不足になるため少ない量でも、栄養が取れるように工夫された高栄養ゼリー・高栄養ジュース食品（右図）を献立に取り入れています。
- ② **やわらか食**→口の中の状態を考えて歯茎で噛める硬さに考慮されています。
- ③ **化療食**→食事量を調節し、果物、ゼリー、プリン等の喉越しの良い食品が付きます。そのほかにも様々な工夫を凝らし、少しでも食事が楽しみとなるように検討を重ねています。

化学療法を受けて食欲不振、味覚異常等で食事が進まない方への食事相談も行っています。食事のことでお困りのことがありましたら北館3階栄養相談室にお越しください。



言語聴覚士 堀 正明



言語聴覚士とは脳卒中などの様々な病気により言葉が上手に出ない、人の会話が理解できない、発音が難しいなどの症状に対して専門的な検査を行い、障害された機能を可能な限り改善し、**残された機能を利用して**コミュニケーション能力を向上させるための訓練などを行います。

また、食事でむせてしまうなどの摂食・嚥下障害の場合も可能な限り早期から評価・訓練を行い、患者さんの「**食べたい**」気持ちに答えられるよう支援しています

当院では言語聴覚士はPCTメンバーには属していませんが、主治医より依頼があれば言語訓練や摂食・嚥下訓練などのリハビリテーションができる体制になっております。



私は入職して5年目になります。主に患者様のお口のケアを行っていますが、一般の歯科とは違い、病気やお薬の影響がお口の中に現れることもあり、まだまだ経験不足ですが1ケースごとに成長させて頂いています。これまで大事にされてきた歯を、入院されたことで悪くしてしまわないよう、専門的口腔ケアでサポート致します。多くの患者様と関わることがスキルアップにつながると思っています。気になることがありましたらお気軽にご相談ください。

～お口の話～



NO. _____
DATE _____

口の中は腸と同じくらい細菌数の多いところ。特に、食事が摂れなくなってくると口の中は非常に汚れてきます。食べないのに汚れるの？と思われがちですが、口を使わないことで唾液の出る量が減ってくるため乾燥してきます。私たちが乾燥すると唇の粘膜がめくれやすくなるように、口の中も乾燥すると粘膜がはがれやすくなります。唾液には様々な作用がありますが、出る量が減ることで作用も低下するため汚れやすくなってきます。口の中が乾燥していると話がしにくかったり、粘膜が傷つきやすくなったりします。そういった環境を少しでも改善できるよう専門的口腔ケアでサポートしています。

消化作用	唾液の中の酵素（アミラーゼ）がでんぷんを分解する
自浄作用	口の中の食べかすなどを洗い流す
抗菌作用	抗菌物質（リゾチーム、ラクトフェリンなど）が細菌の発育を抑える
温潤作用	粘膜を潤し保護する
緩衝作用	酸性に傾いた口の中のpHバランスを整える
溶解作用	味物質を溶かして味覚を促す

など

【口腔保湿剤】
コンクール マウスリンス コンクール マウスジェル



3 階売店にて販売

また、化学療法を受けることで口の中にも様々なトラブルが起こりやすくなります。こういったトラブルに対して緩和方法のアドバイスを行っています。



① 口腔粘膜炎（がん治療によって起こる口内炎）

② 口腔乾燥

抗がん剤治療を行うと、唾液の量や質が変化し、口が乾燥しやすくなり、食べ物の摂取や会話に支障をきたすことがあります。

③ 口腔感染症

治療にともなう白血球の減少で微生物に対する抵抗力が低下すると、カンジダ菌などの真菌が異常増殖し口腔カンジダ症を引き起こすことがあります。

※口腔カンジダ症は白く細かい斑点状のものが舌や粘膜などにできます

④ 味覚障害

抗がん剤治療の副作用により味を感じる細胞が障害を受けたり、唾液量が減少することで味覚が変化することがあります。（60%に起こると言われている）

⑤ むし歯や歯周病になりやすくなる

唾液量の減少により自浄作用が低下するため、むし歯菌や歯周病菌が増殖し症状が悪化することがあります。

さていよいよ来月、12月22日午後3時～、PCT 企画のクリスマスコンサートを開催します！前回“シロート感”を褒められてリベンジに燃える？ジャズバンド「上飯田スイングガールズ&ボーイズ」、泣かせたあとでノセまくるコーラス団「PCT エコーズ」が新メンバーを加えてパワーアップし、南館8階大会議室に帰ってきます！ほかに、患者さん代表？熱い男のハーモニカ・ソロ、ハンドベル隊「ハッピー☆リハピリ」、コンテストで入賞したハイレベルのカクテル・ショー・タイム！など楽しい内容盛りだくさんです。よい子にはサンタさんからささやかなプレゼントあり、車いすの方もスタッフが誘導しますので、ご家族お友達のみなさんもお誘いあわせの上ぜひご来場ください！！