多職種によるリハビリテーション・栄養管理・口腔管理の一体的な取り組み

医療、介護、福祉において「リハビリテーション・栄養管理・口腔管理の一体的な取り組み」という言葉を耳にすることが多くなってきています。この取り組みは、高齢者や入院患者が、日々の生活を送るために必要かつ基本的な機能全体を高めるために重要で、医師、歯科医師、管理栄養士、歯科衛生士、リハビリ専門職等の単独的な介入より、多職種により複合的に介入することで効果的な自立支援、重度化予防につながることが期待されています。

リハビリテーション・栄養管理・口腔管理の一体的取り組みの重要性が増している背景

高齢者が病気やケガなどをきっかけに一定期間、安静臥床（がしょう）をすることで、起居動作・移乗・移動・食事・更衣・排泄・入浴・整容などの日常生活動作（以下ADL）が低下する、あるいは要介護状態が悪化するなどが問題視されています。リハビリを行わないと活動量が低下し、身体の衰えが早まる恐れがあります。また、リハビリの効果を高めるためには、患者の栄養状態が大きく影響します。良好な身体を維持するには運動だけでなく、栄養にも気を配る必要があり、例えば、食事量が不足している場合にリハビリを積極的に行っても疲労感、気力の低下などをもたらし効果があがりにくいのです。また、栄養状態の改善には口から食べることが重要で、食べたり飲み込んだりする機能の低下を防ぎ、維持向上させ、誤嚥（ごえん）を予防することが大事です。

急性期におけるリハビリテーション・栄養管理・口腔管理の取り組みの推進

急性期とは、症状が急激に現れる病気になり始めの時期で、症状に応じて、検査や処置が必要となり、手術を行うこともあります。その間、状態が安定せず、ケガにより荷重がかけられない状態が続くと安静臥床時間が長くなってしまいます。安静臥床が続くことになればADLが低下し、結果として寝たきりや要介護度の悪化につながることになりかねません。そこで、こうした課題への対応の一つとして入院患者全員に対してADL・栄養・口腔状態の評価を行った後、必要な計画を作成し病状の早期安定のため治療を多職種で行う取り組みが始まりました。これによりリハビリテーションの負荷や活動量に応じて、必要なエネルギー量等を調整することで筋力・持久力の向上やADLの維持や改善が期待されます。また、多職種による摂食嚥下機能の評価により、食事形態・適切な食事摂取方法、経口摂取の維持など摂食嚥下障害の改善や誤嚥性肺炎の予防も期待できます。

回復期等の患者に対する口腔機能管理の推進

回復期とは、急性期を脱しリハビリテーションによる身体機能を図る時期のことで、回復期病棟では、特に、急性期を経過した脳血管疾患や大腿骨頸部骨折等の患者に対し、ADLの向上や在宅復帰を目的とし多職種による専門的なリハビリテーションを集中的に提供し、退院後の生活を見据えた支援を行っています。リハビリ効果には栄養が関係し、適切な栄養摂取には健康な口腔状態が基礎となります。活動量や栄養状態・口腔機能の相乗効果を高めることで、より効果的な自立支援につながるというものです。その中で高齢者患者にはう蝕や歯周病、口腔乾燥など口腔環境の悪化を多く認め、さらに低栄養とサルコペニア（加齢による筋肉量の減少および筋力の低下のこと）の合併も多くみられます。

リハビリテーション・栄養状態・口腔機能の相乗効果で期待できること

「リハビリテーション⇔栄養」では、リハビリテーションには十分な栄養が必要です。1日の中で体を動かす量に応じた適切な栄養摂取量の調整や低栄養の予防や改善により、経口摂取の維持や食欲増進を図ること。

「リハビリテーション⇔口腔」では、口腔衛生による誤嚥性肺炎の予防と摂食嚥下機能の維持および改善すること。

「栄養⇔口腔」では、適切な食事形態や摂取方法を提供し食事摂取量の維持・改善につながり、場合によっては義歯を作製して咬み合わせをよくすることで経口摂取を維持すること。

歯科衛生士の役割

歯科専門職の介入による口腔管理は口腔内の状態や咀嚼機能、栄養状態の改善を通じて間接的にADLの改善等にもつながります。そのため歯科衛生士は、口腔衛生状態、歯牙の欠損状態、義歯の有無や適合状態、咀嚼機能等を確認します。問題が認められた場合には歯科医師と連携し、適切な口腔のケアを提供することにより、誤嚥性肺炎の予防や口腔内のトラブルを防ぎます。そして、口腔機能の維持向上により栄養状態の改善につなげます。

しかし、患者から口腔に関する訴えがない場合、そのニーズを把握することは困難です。カンファレンス等を通して潜在的な歯科ニーズを抽出し早期から医科歯科連携により医療の質を向上させるという期待もあります。

患者の口腔内の環境を整え、食べる楽しみや運動機能の向上、誤嚥や窒息の予防や、退院後も継続した口腔管理がなされるよう歯科衛生士は多職種と連携しながら口腔管理に努めています。

（公益社団法人 日本歯科衛生士会 病院委員会）