

認知症の方の食事について

初めに

認知症高齢者の方は、進行段階によって《食事が進まない》《上手に食べられない》といったことが起こりやすくなります。そして、体重の低下や低栄養のリスクが増加します。今回は、FASTというステージ分類をもとに、おいしく食べ続けるためのポイントをお伝え致します。

FAST3

・境界状態：熟練を要する仕事の場面で機能低下が他者に認められる。新しい場所への旅行は困難

FAST4

・軽度のAD：夕食の招待の段取りを付ける、家計を管理、買い物等に支障をきたす

FAST5

・中程度のAD：介助なしでは適切な洋服を選んで着る事が出来ない、入浴に説得が必要な事もある

FAST6

・やや高度のAD：不適切な着衣、入浴に介助を要する、トイレを流せない、失禁がある

FAST7

・高度のAD：語彙が1つの単語程度、歩行能力、着座能力の喪失、昏迷や昏睡がみられる

AD → アルツハイマー型認知症

Reisberg B, et al. Ann N Y Acad Sci 1984;435:481-3より一部引用

各ステージ毎の食に関すること

FAST3

何かしらの生活に不自由が生じている為、不安を感じる方が多い。症状に気づきにくい。

FAST4

食べたことを忘れる、食事の前後の時間の感覚がなくなる為、過食などがある。

FAST5

被害妄想、徘徊などの周辺症状が出現しやすい時期。

FAST6

身体的には問題なくても、何故か食べられないという状態に至りやすい。拒食など。

FAST7

食事に時間がかかり、本人・介護者の負担も増してくる。嚥下障害も見られてくる。

信頼関係を構築して、食に関する問題、本人の困っていることに気付いていく。

焦らず、本人の気持ちに尊重しながら食事の声かけ、時間を知らせていく関わり。

妄想がある場合、食事は安全なことを伝える、落ち着かないようであれば落ち着く時間帯に提供する。

お気に入りのものを置いたり、好みのものを提供。御飯の炊ける香り、味噌汁やコーヒーなどで食欲を刺激する。

食べることは、本人らしさを保つ有効な手段。楽しみを目標とすることも大切。調理法の工夫など、食べやすいものを。

臨床栄養 特集 認知症高齢者の栄養ケア 一人ひとりに寄り添った食支援を考える 2019.6.1より一部引用

令和2年10/30 西東京もの忘れ相談会

令和2年11/6 東京都かかりつけ医認知症研修（東久留米市）

令和2年11/20 市民研修会「地域で取り組む認知症の予防」

国立長寿医療研究センター 土井剛彦先生

令和3年1/28 東京都かかりつけ医認知症研修（東村山市）

令和3年2/1 北多摩北部保健医療圏 認知症医療介護連携協議会

北多摩北部保健医療圏 薫風会山田病院拠点型認知症疾患医療センター

活動報告

