

# 食べる幸せ いつまでも

## 自宅で病気と向き合う⑤

ニッポン 人・脈・記  
jinmyaku@asahi.com

患者や家族が在宅医療に踏み切ろうとする時、いくつかの壁が立ちちはだかる。

その一つが、食物が誤って気管に入る誤嚥の恐怖だ。大阪府守口市に住む小林健児(78)は、食べることが大好きだった。

年を重ねるにつれ、食べ物をおみ込む嚥下力が衰えた。食べてはむせる。体はやせ細り、寝たきりになった。

病院医師の勧めで、へその横から胃へ穴を開けて、栄養液の注入口にする「胃ろう」を作るための手術を受け、2009年秋に自宅に戻った。

デイケア施設に行くと、みんな楽しそうに昼食を食べている。自分は、胃ろうに管をつなぐだけ。食事の時、小林はいつも昼寝をしているふりをした。

しょんぼりしている小林を見かねた在宅主治医が、口の機能検査を受けたらどうかと提案した。

昨年7月、歯科医の小谷泰子(37)が、在宅医とともに小林宅を訪れた。小谷は、むし歯の治療は一切しない。摂食・嚥下専門という、日本で唯一の歯科医院を大阪府寝屋川市に開いている。

小谷は小林の鼻から内視鏡を入れ、少量のゼリーを食べさせて、口とのどの動きを観察した。

歯が1本しかない小林は、

舌と歯茎でつぶしてのみ込んだ。ゼリーはきれいに食道に流れ、誤嚥しなかった。

「食べられるようになるよ」。小谷が励ますと、なえかけていた小林の心は奮い立った。嚥下に必要な首と口の筋肉を鍛える体操と呼吸訓練を毎日熱心に続けた。

月に1回、小谷の訪問診療のたび、小林は新しい食べ物に挑んだ。かゆ、バナナ、ギョーザ、ケーキ。難易度を徐々に上げ、年末には8分の1に切った餅もOKが出た。

半年後、小林はデイケアでみんなと昼の給食を食べた。体重は50<sup>+</sup>に回復。体力が戻って歩けるようになり、今ではトイレも自力で行ける。

「おいしく食べて、トイレで出す。これが人生だって思うんや」

小谷は「食医」と名乗る。その原点は、祖母の口癖にある。「おいしく食べて、楽しくしゃべって。それだけで幸せ」。人間の営みは、口が支えている。その思いから歯科医の資格をとり、口の機能を研究している大阪大歯学部大学院に進んだ。

そこに先輩歯科医、野原幹司(39)がいる。小谷の「食医の師匠」である。

野原は、大阪大歯学部付属病院で嚥下のリハビリを専門にしている。7年ほど前、知り合いの歯科医に「在宅診療を手伝って」と頼まれ、訪問

診療を始めて驚いた。

食べる力はあるのに、胃ろうで栄養をとっている人がたくさんいたからだ。患者の家族や訪問看護師は、誤嚥が怖くて胃ろうに頼っていた。

当初は野原も、口から食べさせた担当患者がむせたり、肺炎を起こしたりするたびに落ち込んだ。だが、次第に「何でも食べられるようにしなければ」という思い込みから解放されたという。

誰もが小林ほど回復するわけではない。でも、60点の回復ならば、60点で食べられるものを探せばいい。歯科医と主治医が、嚥下について連携していれば、肺炎にも早く対応でき、重症化を防げる。

「むせても、少々熱が出ても好きな物を食べたい。そんな気持ちに込めるのが僕の仕事だ。気がつきました」

しかし嚥下の専門家はあまりにも少ない。大学で学ぶ機会とはほとんどないからだ。医学と歯学の境界領域は、取り残されたままだった。

そこで嚥下の訓練や誤嚥のリスク対応などを身につけた「嚥下トレーナー」を育成しようとして、野原は小谷らと共にNPO法人を作った。歯科医、歯科衛生士らを対象にした研修会は、募集開始から1時間足らずで満員になる。これまでに数百人が修了した。

野原は、認知症患者の家族が語った言葉が忘れられない。「話しかけても返事はないけど、私の料理を食べてくれる」。食べることは、家族との大切なコミュニケーションの手段でもあるのだ。

野原幹司さん



小谷泰子さん(左)。小林健児さんに食べ方の指導をする