

花みずき通信



～もっと知ろう！緩和ケア～

はなみちゃん

病気の時の食事について

低栄養や体重減少がみられる時は、どんな状態（時期）であるかによって食事の目的が変わります。今回は、病気によって食欲が低下している時の食事の工夫や、食べる力を保つための口腔ケアについて紹介します。

状態によって変わる食事の目的

栄養管理により改善できる

病気に関連して起こる低栄養状態

食事の
目的

活動の維持、向上

病変の部位による影響、精神・神経的な変化、手術や薬などの治療の影響、栄養管理の不足などが原因。
少量で高栄養のおやつにしたり、食べやすい環境を整えるなど、栄養を十分にとれる工夫をする。



栄養管理で改善させることがむずかしい

代謝の変化により起こる低栄養状態

食事の
目的

栄養補給以外

外からのエネルギーや栄養素を摂取して身体を養うはたらきが弱くなっていくことが原因。食べ慣れたものや、なつかしい味などで『ほっとする』『昔を思い出す』ことに重点を置く。身体がつかなくなったなら、食べる事や点滴の栄養をやめる選択もできる。

緩和ケア療養中の方やそのご家族は、今どんな状態か医師とよく相談してみることをお勧めします。

口腔の予防的ケアと治療的ケアで食べる力を保つ

●口腔を清潔にすることは、食べる意欲の維持、味覚の異常の予防になります。

予防的ケア



❖ 口腔スワブ（棒付きのスポンジ）で口腔を湿らせてから、ブラッシングします。

※口の粘膜を傷つけないよう、個人にあわせてやわらかめの歯ブラシなどを使用します。出血しやすい方は、やわらかめの綿棒などを使用します。

❖ ジェルタイプや、スプレータイプの保湿剤を仕上げに使って保湿します。

※口腔用保湿剤で口全体を潤します。

治療的ケア



❖ 口が開けにくい、入れ歯が合っていないなどは専門医に相談・治療してもらいましょう。

※こんな時まずは口腔外科医、歯科医に相談！

- ・口を開けにくくケアが十分にできない
- ・入れ歯が合わず食事に支障がある
- ・出血や潰瘍がある
- ・歯肉痛や歯の痛みがある など