

連載講座

## 高齢者のドライマウスによる摂食嚥下障害

井上 誠\*

\*新潟大学大学院医歯学総合研究科 摂食嚥下リハビリテーション学分野

日本の人口の高齢化は年々進行しており、2020年の高齢化率は28.7%、高齢者数は3,617万人にも及んでいます。日本人の平均寿命が男性81.41歳、女性87.45歳である一方で、健康寿命は男性72.14年、女性74.79年と、両者の間には依然として10年近い開きがあります。健康長寿を目指して、医療や福祉だけでなく社会全体で方策を考えなければいけません。

人口の高齢化とともに疾患の多様化が進んだことで注目されているのが摂食嚥下障害です。摂食嚥下障害は、脳卒中やALS、パーキンソン病などの神経難病、舌、咽頭、食道癌に対する手術や放射線治療の後遺症などを原因とするだけでなく、認知症や寝たきりに伴う廃用症候群がきっかけで引き起こされます。その結果、誤嚥や窒息などの呼吸器合併症、低栄養をもたらす、高齢者では死に直結する問題となります。

多くの疾患が摂食嚥下障害の原因となることが知られている中で、高齢者の症状として特徴的な口腔乾燥（ドライマウス）もまた摂食嚥下機能に問題をもたらします。唾液には安静時唾液と刺激時唾液があり、高齢者では加齢に伴う唾液腺の萎縮や神経変性などによって安静時唾液が減少します<sup>1)</sup>。加えて、シェーグレン症候群や頭頸部への放射線照射などに伴う唾液腺の機能障害、ストレスや服用している薬剤の副作用、糖尿病や甲状腺疾患などによる全身疾患あるいは代謝異常などによっても唾液分泌は低下します。疾患の特徴から、ドライマウスの患者さんの大半は60歳代以降であり、女性に多いとされています<sup>2)</sup>。

ドライマウスと摂食嚥下障害との関係は、唾液の機能を考えれば想像に難くありません。唾液の働きは表1に示すように多岐にわたり、食べる機能に直接関わっていることは明らかです。唾液分泌の減少により、(1)食塊の潤滑度が落ちて嚥下しにくくなる、(2)炭水化物の消化が妨げられる、(3)熱い

ものや辛いものを食べた時に痛みを感じやすくなる、

(4)味覚のセンサを活性化するのに必要な水分が減ることで味を感じにくくなる、(5)う蝕や歯周病になりやすくなる、などの問題が出てきます。このうち、摂食嚥下障害患者さんで最も問題になるのは

(1)食塊の潤滑度が落ちて嚥下しにくくなることです。固形物の摂取時には刺激唾液が分泌され、粉碎した食品とともに食塊を形成します。食塊は軟らかいだけでなく、適度の水分を含むことでまとまりやすく、さらに流れやすくなって嚥下を円滑に実行させます。唾液分泌の減少は、食塊がいつまでたっても飲み込みやすい物性にならないことを意味し、その状態で飲み込むことは誤嚥や窒息のリスクにつながります。一方、摂食嚥下障害患者さんに食事を提供する際には、軟らかいものや、まとまった食品が安全であるという印象があります。これらの食品は介護食と呼ばれており、あまり噛まなくてもよいものを中心となっています。咀嚼による歯への刺激によって刺激唾液の分泌が促進することを考えると、単に軟らかい食べ物で危険を回避できるとは限りません。日頃からしっかり噛んで唾液分泌を促すことが大切になります。

ドライマウスには原因となる疾患があり、その疾患に関わる主治医が副作用を当然知っているのですが、ドライマウスが生死に関わるものではないことから多くの診療科ではあまり気にとめられません。その結果、一見すると日常生活に問題がない人でも、上記で述べた摂食嚥下の問題を抱えたまま日々を過ごすこととなります。また、ドライマウスの真の原因を特定することは難しく、さらに完治が期待できる治療法は確立されていません。対症療法として、唾液分泌促進剤や漢方薬の処方、カウンセリング、唾液分泌抑制を副作用にもつ薬剤を服用している場合はその減量や変更などを検討します。加えて、自律神経に問題がある場合には、規則正しい生活を送るようアドバイスを送ります。患者さんや介護を

表1 唾液の作用

作用	説明
消化作用	$\beta$ アミラーゼの働きにより炭水化物を消化する
湿潤・保護作用	口腔内の粘膜を保護する
洗浄作用	食塊を洗い流す
殺菌・抗菌作用	リゾチームやラクトフェリンの作用により細菌の侵入を防ぐ
緩衝作用	口腔内のpHや温度を一定に保つ
再石灰化作用	唾液に含まれるカルシウムやリン酸が歯の石灰化をもたらす
排出作用	毒素や異物, 体内から排出された薬物の一部などを排出する

### 引用文献

する方が行えるものとしては、唾液腺のマッサージや保湿剤の使用があります。

摂食嚥下障害という、咀嚼や嚥下といった運動障害と捉えられがちです。また、認知症患者さんでは、介護食など嚥まなくてもよい食品が安全であると考えられがちです。しかし、唾液分泌が摂食嚥下機能に重要な機能要素となること、嚥まなくなることによって唾液分泌が低下することの問題を把握しておく必要があります。

- 1) Percival RS, Challacombe SJ, Marsh PD. Flow rates of resting whole and stimulated parotid saliva in relation to age and gender. *J Dent Res.* 73(8):1416-1420, 1994.
- 2) 三輪 恒, 松坂 賢, 監物 真, 村上 聡, 井上 孝. 口腔乾燥症(ドライマウス)の臨床統計的検討 東京歯科大学千葉病院におけるドライマウス外来について. *日本口腔検査学会雑誌.* 1(1):40-43, 2009.