特集・介護にスタンダードを ②「介護職の口腔ケア『ゼロプロ』」

「人生に寄り添う」介護の新たな専門性に
利用者・職員・経営に「三方良し」

瀧内 博也 氏
クロスケアデンタル Co-Founder/CEO
歯科医師・博士（歯学）

瀧内CEO

私は誤嚥性肺炎ゼロプロジェクト（ゼロプロ）を通し、誤嚥性肺炎ゼロを目指す『介護の歯科医師』です。介護業務で大変な中でも、利用者さんを大切に想う暖かい気持ちに触れ、私の心にも火が灯りました。人生をかけて介護の力になりたいと奮起し、誤嚥性肺炎の予防に取り組んできました。誤嚥性肺炎を激減させるゼロプロの口腔ケアは、皆さまにとっても有益であると思います。そこで、この場を借りて介護現場の誤嚥性肺炎や、ゼロプロが提案する口腔ケアについてご説明させていただきたいと思います。

介護現場では誤嚥性肺炎が猛威を奮っています。多くの方がその症状に苦しみ、そして命が奪われています。苦しむ姿を見て、その周囲の方も心を痛めています。事業所では事業所収入の大幅な減少となり、社会では膨大な医療費の発生にもつながります。このように介護現場の誤嚥性肺炎は多方面に深刻な影響を及ぼす大きな社会問題になっています。

誤嚥性肺炎は口腔ケアでの予防が可能です。しかし食事・入浴・排泄などに比べて優先順位は低く、慢性的な人手不足もあり、更には口腔ケアの学習環境もほとんど無いため、誰もが口腔ケアの体制づくりに頭を悩ましていることでしょう。そこで、ゼロプロでは介護現場に適した、介護の口腔ケアの体制づくりに取り組んできました。

口腔ケアで誤嚥性肺炎を効果的に予防するためには、ブラッシングに加えお口のリハビリまで行いましょう。お口のリハビリによってお口の機能は改善し、お口が汚れにくくなるため、結果として誤嚥性肺炎は効果的に減少します。

業務負担の観点も重要です。そこで相手によって内容を変えるのではなく、器具・手順・方法を統一しシンプルな1プランにしました。このブラッシング（スポンジブラシと歯ブラシ）とリハビリ（舌・歯ぐき・頬・唇）を週2回実施します。1回あたりの所要時間は5～10分程度です。これにより習得・継続のハードルは下がり、業務負担も軽減します。また、統一化により誤嚥性肺炎の予防効果の再現性が確保でき、一定水準以上の予防効果を期待することができます。

安全かつ操作しやすい器具の選択も重要です。例えば、歯磨き粉はCheck-Up standardを使用しています。発泡剤の含有量が少なく発生する泡が少ないため、飲み込みの機能が低下している相手に対しても、誤嚥・窒息のリスクは低く安全に口腔ケアを行えます。

歯ブラシでは、介護向けに開発されたエラックハブラシ620をお勧めしています。毛先は柔らかく、歯ぐきを傷つけにくく安全です。ハンドルは立体的で、ネックはカーブを描いています。そのため、操作しやすく、清掃が難しい奥歯でも楽に綺麗に磨くことができます。

実際の事例についてご紹介します。福岡市の特別養護老人ホームマナハウス（入居定員69名、平均要介護度4・1）では、年間の入院日数で肺炎が最も多く、全体の約1／3を占めていました。入居定員の約1／4の方が肺炎を経験し、繰り返しの入院も頻繁でした。入院後は多くの方が死亡・退去となり、誤嚥性肺炎が猛威を奮っている状況が確認できます。

口腔ケアの効果は劇的でした。開始後すぐに効果は表れ、肺炎の入院日数は約1／4に減少です。肺炎だけでなく全体の入院日数も約1／3に減少し、稼働率も大幅な改善です。試算すると事業所収入は約1200万円の改善、入院医療費は約4250万円の削減です。そして何よりも素晴らしいのは、『介護の力』で利用者さんの命を守れる可能性が示されました。

コロナ禍においてもオンラインの活用で、ゼロプロは全国に広がりを見せています。各地の真剣な姿を見て、利用者さんを守りたいという想いが、全国共通であると感じています。企業の参加協力も続々と増え、最近では大手企業のライオン歯科材さんまでもが合流となりました。これもきっと誤嚥性肺炎が社会一丸となって取り組むべき課題だからなのでしょう。

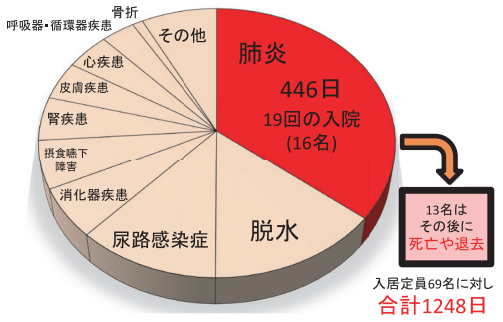
結果も伴ってきました。各地の事業所で誤嚥性肺炎、そして全体の入院日数が減少しており、口腔ケアはその命をも守るものだと強く確信しています。口腔ケアは利用者さんの美味しい食事を守り、低栄養の予防にもつながります。看取り時には穏やかな人生の着地をサポートすることに大きな力を発揮します。口腔ケアは、正に利用者さんの介護の人生そのものに寄り添うものなのです。ゼロプロの口腔ケアは介護現場のスタンダードになりうるものです。誤嚥性肺炎や口腔ケアに悩む方にこの口腔ケアを届け、命を守ることは重要な使命です。事業所の収入改善や、医療費の大幅な削減をもとに、介護の待遇改善の実現も大きな目標の一つです。より良い介護の未来のためにも、これからも尽力していきます。

皆さまのゼロプロへの参加も大歓迎です。今後は、多くの事業所で横並びでの口腔ケアのスタートも予定しています。企業さんからの参加協力も大歓迎です。事業所・企業の垣根を超え、この社会問題に立ち向かっていきましょう。一緒に利用者さんの人生に寄り添い、介護の未来がより良いものになるよう、立ち向かっていきましょう。

利用者さんの幸せを願い、日々利用者さんに寄り添う介護の皆さまを、私は心から尊敬しています。だからこそ余計に口腔ケアに興味を持って欲しいのです。口腔ケアは介護の専門性です。介護を通して、皆さまはすでに利用者さんの命を守っています。そこに介護の専門性が加わることで、命を守り、そして命をよりよいものにすることができます。その経験はきっと皆さまの介護の自信・誇りに変わっていくことでしょう。介護に自信・誇りを持ち、そのような方が一人でも多く増えることによって、介護の未来はより明るいものに変わっていくことでしょう。私達も全力でサポートします。ともに誤嚥性肺炎を減らし、そして命を守っていきましょう。

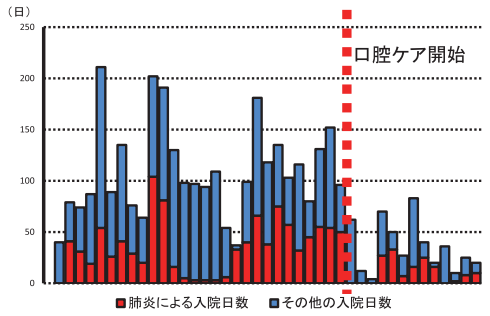
①器具・手順・方法を統一したシンプルな週2回の口腔ケア

②口腔ケア開始前の肺炎による入院の現状



特別養護老人ホームマナハウスの1年間の入院日数の内訳

③口腔ケア取り組み前後の肺炎の入院日数の推移



月ごとの肺炎および全体の入院日数の推移

特集・介護にスタンダードを ②「介護職の口腔ケア『ゼロプロ』」実践編

やれば必ず結果は出る！

社会福祉法人ふるさと

経営層と現場一体でチャレンジ
「良いケア」数値化で意欲

クロスケアデンタル（福岡市、瀧内博也代表取締役）が展開する「誤嚥性肺炎ゼロプロジェクト（ゼロプロ）」に参加している、社会福祉法人ふるさと（長崎県西海市、北島淳朗理事長）。今年5月に行われたプロジェクトの実績を表彰する「ゼロプロアワード2022」では、数多くの部門で成果を収めグランプリを受賞した。

同法人は2020年7月にゼロプロ式口腔ケアを導入。北島淳朗理事長は、「ゼロプロは実践ベースの評価があり、定期的なフォローがあるシステムで継続がしやすい」と述べているが、いくらシステムがきちんとしていてもそれが必ずしも現場で機能するとは限らない。新しいものを導入する際には、導入すると決めた経営層と実際に現場で実施する職員との間で溝が生じやすく、温度差が生まれてしまう場合がある。

口腔ケアを通じて人間的にも成長した職員

同プロジェクトの参加施設の職員は、ゼロプロ式口腔ケアに関して意義や技術を学ぶために初級・中級・上級セミナーを受講する。初級セミナーは週に1度、中級セミナーは月に1度、上級セミナーは3カ月に1度の頻度でそれぞれオンラインにて開催され、受講希望者は事前に予約し受講する。能動的であるほど受講数は多くなるのだが、同法人はゼロプロアワードにて中級セミナー受講部門で1位、上級セミナー受講部門で1位から3位までを独占。これは、法人全体で「本年度中に常勤職員の70％が中級を取得」を目標としていることに起因する。

北島理事長は、「『良いケア』をしたいのはみな同じ。でも、あまりに抽象的過ぎると良い方向に作用しない。例えば目標を数値化する等、どれだけ具体的に展開できるかが重要」と語る。

北島理事長

さらに、職員一人ひとりの役割を定義することでより具体化され、ゼロプロの定着につながったという。主任など役職のある者に任せるのではなく、一般職員から口腔ケアの担当スタッフを選出したことが功を奏した。役職の仕事が増えてしまうというイメージよりも、一般職員のやりがいにつながっていると感じているそう。現場でゼロプロを取りまとめる岩永施設次長は、「口腔ケアの重要性は以前から認識していたが、道具や技術の統一で理解が深まった。今ではチェックリストを用いて朝のミーティングでその日の実施者を事前に確認しており、定着してきているという実感がある」と話す。

定着して継続させるのが大切だが、それがなかなか難しい。介護技術に関する講習やセミナーは多数展開されているが、受講直後は燃えても少し経つと鎮火してしまうことが多いという。「介護の世界では、『良い感じ』なのは認識しているが、それが数値化できない。ゼロプロではエビデンスに基づき、定期的な評価で『良い感じ』になっていることが見える化されている」と北島理事長は説明する。施設利用者のお口の評価はもちろん、職員が業務の目標達成に向けて日々取り組んでいることへのフィードバックも10日に1度、5～10分で実施している。直属のリーダーが5、6人を受け持ち、定期的に振り返る機会を設けることで自らの実践が結果に結びついていることを実感し、継続につながるのだ。

自立支援介護という考え方が介護保険において打ち出され、根拠に基づく科学的介護が推奨されるようになった。北島理事長は、ゼロプロ式口腔ケアをはじめとする科学的介護の要素を取り入れるには、対応できる体制の構築が重要だと説明する。「経営面では加算が複雑化し大変なこともあるが、利用者のADLが向上し、職員においては技術の習得による自信から人間的な成長を感じられるよう努めていきたい」と今後について語った。

特養ホームディグニティ内浜

やりたい介護が可能に
介護職に誇りと自信も

「どんなに考えてもデメリットが浮かんでこないんですよ。ゼロプロに取り組んで、本当に良かったと思っています」

笑顔でそう話すのは、福岡市の特別養護老人ホームディグニティ内浜（入居100床・ショートステイ10床）の課長・平川真紀さん。

母体の社会福祉法人あすか会（素花源之理事長）は、対馬市を中心に高齢者介護、保育、障害福祉サービス事業を幅広く展開し、現在は関東でも複数の特養ホームを運営している。3年ほど前、法人内でいち早く、クロスケアデンタルの「ゼロプロ」を始めたのが同施設だった。

ただ、始めから「良いことづくめ」ではなかった。当時の施設長で現在の専務の「おいしく食事を食べて頂きたい」という強い意思

職員同士での研修も定期的に

回の口腔ケアをいつ、誰が行うかなどの運用は各ユニットに委ねるかたちとした。

平川さんは、スケジュール通りに遂行できず「時間がない」という理由などで後ろ向きな職員に対して、口腔ケアで利用者が健康になることが介護の負担を減らすことになること、食事の介助をするのと同じように日常業務の中に組み込んでほしいことを根気強く丁寧に説明し続けた。さらに、クロスケアデンタルのスタッフが研修や個別指導などで継続して現場を支えてくれる体制も心強かったという。

始めてからまもなく1年になろうとした頃、現場に変化が出てきた。口腔の状態を客観的に評価するスケール、OHAT（オーハット）を用いて全利用者のデータを蓄積し、毎月口腔ケア委員会で共有しているのだが、確実に改善されてきていることがわかるようになったこと、コロナ禍であったにもかかわらず、肺炎による入院が減少したことなど、目に見える客観的な成果が出始めたことで、職員のモチベーションは急速に高まったのだ。

平川課長

あっての導入だったが、肝心の介護職員には温度差があったという。

「職員に研修を行うことからスタートしましたが、これはきっと利用者のためになると思う職員もいれば、仕事を増やされては困ると、後ろ向きに捉える職員も少なくありませんでした。前途多難かと不安になりましたね」（平川さん）

トップダウンで号令をかけるだけでは現場は動かない。平川さんは焦る気持ちを抑えながら、時間をかけてでも職員の疑問や不安を丁寧に取り除いていこうと気持ちを切り替えた。ひと握りであっても取り組むことに意義を感じてくれた職員がいたからだ。

口腔ケアは全入居者100人に対して一斉にスタート。利用者1人あたり週2

平川さんがもっとも嬉しいことだと思っているのは、職員が口腔ケアを通じて真の介護の仕事の魅力を理解してくれるようになったことだという。

「口の中を観察することで体調の変化に気づくようになるなど、しっかりと口腔ケアを身に着けて予防に貢献できることに、介護職員がやりがいを感じてくれるようになりました。介護職として役に立っていることが実感できたと言ってくれることに感動します」（平川さん）

口腔ケアの時間をつかって利用者とゆっくりコミュニケーションを取れるようになったことを喜べるようになったのも、介護の醍醐味に他ならない。口腔ケアの日が待ち遠しいと言う利用者も続出したそう。

あすか福祉会では、ディグニティ内浜に続き、九州2施設、関東3施設でもゼロプロを導入している。さらに法人を挙げて力を入れていく考えだ。

「日常の介護に自信と誇りを持つことができれば、介護の社会的な評価も必ず上がると思います」（平川さん）。あなたの現場でもぜひ、この喜びを共有してほしい。