

在宅マッサージ・リハビリと誤嚥防止メソッドでQOL向上図り、高齢者住宅・施設運営をサポート

一般社団法人日本在宅マッサージリハビリテーション協会

わが国の人口のポリウムゾーンである団塊世代が75歳以上となる2025年には、全人口の約3割が65歳という超高齢社会を迎える。それに伴い、QOL(Quality of Life＝生活の質)を支える在宅医療やリハビリテーションに対するニーズは一段と拡大することが予想される。こうした流れを見据えて、在宅マッサージ・リハビリテーションサービスの全国的普及・拡大を目指す「一般社団法人日本在宅マッサージリハビリテーション協会」が発足。その狙いと活動内容を取材した。

ふえる誤嚥性肺炎に対応する「誤嚥防止メソッド」とは

同協会の理念と取組みについて、事務局長の眞砂由明氏は、以下のように話す。「わたしたちが目指すのは、第一に在宅の高齢者に対して質の高いマッサージとリハビリテーション(以下リハビリ)を提供すること。第二に最近の死因別疾患で、がんや脳卒中に次いで増加している肺炎(65歳～80歳以上、厚生労働省10年人口動態統計)、その70%を占めるといわれる誤嚥性肺炎に対する予防訓練を採り入れ

たサービスを、全国の高齢者施設・病院などに普及させることです」。

その医学面を支えるバックボーンとなっているのが、会長を務める愛媛大学大学院医学系研究科公衆衛生・健康医学教授の谷川武氏(医学博士)である。谷川教授は東京大学医学部、ハーバード・メデイカルスクール、筑波大学大学院などでの要職を歴任して、08年に現職に就任。マッサージ・リハビリについては、「関節の可動領域を広げ、筋力の維持・強化に有効である」として早くから評価していた。また、後述する誤嚥性肺炎の予防プログラムについても、「誤嚥の防止だけではなく、脳血管障害後のリハビリまで考えて構成され、さらに睡眠時無呼吸症の改善にも有効である」と、その効果を高く評価している。

同協会が提供するサービスの中核をなす「誤嚥防止メソッド」とは、その名のとおり誤嚥性肺炎を予防するプログラムとして注目されるものである。

眞砂事務局長は、「誤嚥性肺炎とは、誤嚥により細菌を含んだ唾液や飲食物が知らぬ間に気管を通り、それが肺に到達

と眞砂氏は語る。また具体的な展開については、「当協会には多くの国家資格者が在籍しており、プロスポーツ選手の体調管理を担っているアスレティックトレーナー、マッサージ師等がおります。協会では提携する施設ごとに『アソシエイト』と呼ぶこれらの国家資格者を配置してサービスを提供しますが、サービスの質の維持向上を目的として定期的にこれらアソシエイトの技術、患者さまとの対応、施設との緊密な連携等を評価しながら適切な指導を行なっています」という。

アソシエイトには、プロゴルファーの片山晋興(賞金王5回)をはじめ、Jリーグ、大相撲の力士、プロ野球選手など著名アスリートのトレーナーなども所属し、現場で活動している。

一方、サービス提供を受ける入居者(利用者)側のメリットとしては、①サービスは在宅で受けられるため、移動に困難が伴う重度者も容易に利用が可能、②サービス利用にあたっては同協会と医師(主治医)が連携するため、健康保険が使えるなど適正利用が可能、③「誤嚥防止メソッド」による訓練で誤嚥性肺炎を予防し、胃ろうや経鼻経管栄養などを回避し、QOL向上を実現、④主治医や家族、親族に施術の経過報告を行なうため、安心が得られ適切なサポートが可能、⑤マッサージにリハビリを導入することで、

して、肺炎や窒息を引き起こすといわれ、高齢者にとってリスクの高い症状です。この誤嚥のリスクを避けるため、お腹に穴を開けチューブを通して栄養分を送り込む胃ろうや、鼻からチューブを入れて胃に栄養分を送り込む経鼻経管栄養が行なわれています。これらの処置は延命のためですが、QOLは著しく低下します。そこで私どもは、誤嚥を防止し、胃ろうや経鼻経管栄養を避け、自分で食事ができるように手助けするための訓練プログラム「誤嚥防止メソッド」を開発しました」と語る。

誤嚥防止メソッドとは、嚥下機能が低下した高齢者に対して1回3分行なう舌の筋肉と唇周囲の筋肉を鍛える段階的な訓練プログラムで、エビデンス(科学的根拠)を基に、より効果的な訓練方法としてすでに実践しているという。舌と唇周囲の筋肉を鍛えることで誤嚥防止に効果があるだけではなく、脳梗塞やそれに伴う身体の麻痺症状にも効果があるとされており、同協会ではその因果関係についても現在、研究データを集積中である。同時に、口元や首筋が引き締まり、外見も変化することから美容にも効果があるとしている。

著名アスリートのトレーナーなどがサービス提供

このように、在宅マッサージ・リハビリ

筋肉に対するアプローチに加え関節の拘縮予防にも有効、などである。

最後に同プログラムを導入する施設など事業者側のメリットとしては、以下の点があげられる。

まず同協会と覚書を交わすことでサービス導入が図れるため、施設側にコスト負担はなく、リスクも発生しない。しかも施設側はたとえば入居者募集に際して同協会が提供するサービスを「付加価値」としてPRすることが可能で、施設の差別化戦略として利用できる。

現在、導入施設は友愛病院(東京都足立区)、明治安田生命グループの介護付有料老人ホーム「サンビナス立川」(東京都立川市)など、首都圏を中心とした12施設(延べ利用人数約1300人/月)にのぼっている。同協会の今後の方向性について眞砂氏は「サービス利用者一人ひとりを大切に、協会の理念である『心身の健康をサポートし、質の高い人生の実現と健全な社会の発展に貢献する』をモットーに全国に活動のネットワークを拡げていきたい」とするが、全国に拡大するとすれば、当然にさらなる人材育成が必要になることから、「あくまでも現在のご利用者さまに支障をきたさないスピードで展開していきます」と話す。

マッサージ・リハビリ、そして「誤嚥防止メソッド」は、多くの高齢者に求められるサービスだけに、その普及拡大に注目したい。

法人概要	
団体名	一般社団法人 日本在宅マッサージリハビリテーション協会
所在地	東京都豊島区巣鴨3-26-6
連絡先	TEL.03-5567-3310 FAX.03-5567-3320
URL	http://www.jvmr.jp
代表者	会長 谷川 武 (医学博士)
活動内容	在宅マッサージリハビリテーションの提供、誤嚥防止メソッドの提供

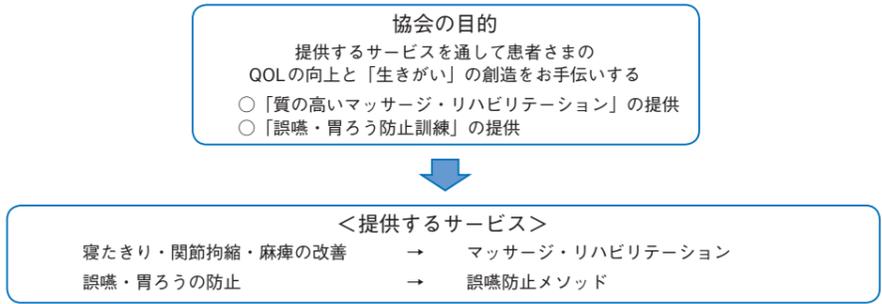


誤嚥防止メソッド
専用の器具を使用し嚥下機能を回復することで、誤嚥性肺炎の予防を図る



国家資格者による質の高いマッサージリハビリテーションを提供

協会活動内容概要



日本在宅マッサージリハビリテーション協会
事務局長
眞砂由明氏