

## 認知症による食思不振

## 1. 認識困難が原因

- 失行や失認などの症状（アルツハイマー型認知症中期）  
⇒食べ物を食べる対象として認知できない  
⇒箸の使い方が分からず食べられない



模様のない食器を使い  
食べ物を区別しやすくする



よく食べていた  
料理を用意する

食事に集中できる  
環境を整える



食べる時間を  
決める



一緒に食事をすることで  
真似をしてもらう

## 2. 味覚・嗅覚障害が原因

- 亜鉛不足や薬剤の影響、心理的要因、舌乳頭の萎縮や喪失により味蕾が味を感じにくくなる  
⇒味が分からない、苦味を感じる
- 嗅覚の低下  
⇒味を感じにくくなるため、極端に甘いものや味の濃いものを好むようになる



冷たく喉ごしが  
良いもの



牡蠣や牛肉など亜鉛の  
豊富な食材を積極的に食べる



好みに応じて  
薬味や香辛料を  
取り入れる



※亜鉛が強化される栄養補助食品なども上手く取り入れましょう。

## 3. 口腔障害が原因

- 義歯が合わない
  - 唾液分泌減少による口腔乾燥や舌苔の付着
  - 嚥下機能の低下
- ⇒食事に抵抗を感じることがある



適切な義歯への  
調整・手入れ



とろみをつけるなど  
飲み込みやすい工夫を

口腔ケア  
(保湿・洗浄・唾液腺マッサージ)



嚥下体操・歌唱・巻笛などで  
嚥下機能を訓練する

## その他

消化吸収機能の低下、便秘、活動量の減少により、食欲が低下することがある

## 栄養指導の実際

## 失行・失認による食思不振の例（90代女性）

既往歴：アルツハイマー型認知症、高血圧、脂質異常症  
身長：143cm 体重：36kg BMI：17.6

## 主訴（ご家族より）

- 娘が食事介助を行っている。1ヶ月前より食事を拒否するようになり、口元にスプーンを運んでも口を開けてくれない。
- うどんが好きで比較的食べてくれるので、食事はうどんが多い。
- 1か月で体重が1kgも減ってしまった。

## アセスメント

- 食事に対しての「失行・失認」による食思不振の可能性がある。
- 喫食量の低下による体重減少が考えられる。

## アドバイス

## ①食事として認識できるような工夫をしましょう

- 「食事として認識できない」「食べ方が分からない」という場合、目の前で同じように食べて見せたり、手で口を開けたりすると食べることがある。
- 「美味しい〇〇よ」などと声をかけ、食べ物であることを伝える。

## ②食事に集中できる環境を整えましょう

- テレビがついていると意識がテレビに向いてしまうため、テレビを消して音楽だけにする。
- 食事時間を決め、「時間になったら食べる」といった習慣をつける。

## ③本人の好きなものを提供しましょう

- 本人が好んで食べていた料理を提供すると食べてもらえることがある。

## お手軽レシピ

## アイスクリームのココナッツオイルかけ

## 【材料（1人分）】

- お好みのアイスクリーム：70g  
(バニラ、抹茶、チョコレートなど)
- ココナッツオイル：大さじ1/2

## 【作り方】

- アイスクリームを器に盛る。
- 液体のココナッツオイルをかける。

1人あたり  
エネルギー  
163kcal



## 【使用した商品】

日清オリオ  
日清有機エキストラバージン  
ココナッツオイル



★ココナッツオイルには  
消化吸収が早く、  
エネルギーになりやすい  
中鎖脂肪酸が豊富！

★アイスにかけると  
ココナッツオイルが  
冷えて固まり、パリッと  
した食感に♪



## 管理栄養士おすすめ商品



クリニコ  
メモリービフィズス菌

森永乳業が発見した  
新たな可能性を秘めたビフィズス菌

- 1箱30本入りで1日1本を目安に。
- 1本にビフィズス菌MCC1274を500億個配合。
- 無味無臭のため、水やぬるま湯、飲料、ヨーグルトなどに溶かして使用する。