

摂食・嚥下 リハビリテーション

食べることは人生の喜びの一つであり、おいしく食べることは元気に生活するための基本となります。その「食べること」が難しくなる障害を「摂食・嚥下障害」といい、脳卒中の後遺症や神経難病、認知症、加齢などによって起こることがあります。ここでは、愛全病院での摂食・嚥下障害に対する取り組みを紹介します。

嚥下外来について

1 摂食・嚥下障害とは？

食事中にむせたり、飲み込みにくくなって食べるのが困難になることです。飲み込みだけでなく、食べ物を口に取り入れることや噛むことの障害、さらに認知症のために食べ物を認識できず「食べたい」という気持ちが起こらなくなることも含まれます。

2 最近こんな症状はありませんか？

以下のような症状が続く時は摂食・嚥下障害が疑われます。

この他にも

- 食事中にむせる
- 痰が増えた
- 飲み物が苦手になった
- 体重が減った

・食ると疲れる
・弱い咳がなかなか取れない
・食べ始めると声がガラガラする
・飲み込んだ後、のどに違和感がある
・肺炎を繰り返している
・食べるのに時間がかかる

などの症状も、摂食・嚥下障害が原因で起こっていることがあります。こんな症状が気になる方は、一度専門的な検査を受けてみることをお勧めします。

3 摂食・嚥下障害で起こる問題とは？

- 低栄養、脱水: 食べられないために、栄養が摂れず体力が低下したり脱水症状を起こします。
- 誤嚥性肺炎: 食べ物や唾液が誤って気管のほうへ入ってしまうことを誤嚥といいます。誤嚥が原因で起こる肺炎が誤嚥性肺炎です。高齢者の肺炎の多くが誤嚥性肺炎といわれています。
- 窒息: 食べ物の大きな塊がのどや気管を塞いで、呼吸が出来なくなることがあります。
- 食べる楽しみが損なわれる: おいしく、安全に食べるという楽しみが損なわれてしまいます。摂食・嚥下障害のために十分な栄養を口から摂ることが難しくなった場合、代償的に栄養を摂る方法として主に以下のような方法があります。
①点滴 ②経管栄養（・経鼻経管栄養・胃瘻 など）

4 当院で行っている評価方法

問診や食事場面の評価などの他、必要に応じて以下の検査も実施しています。



嚥下造影検査 (VF)

レントゲンで透視をしながら、造影剤を含んだ食品を食べてもらい、飲み込みの状態を評価する検査です。



嚥下内視鏡検査 (VE)

鼻から細い内視鏡を入れた状態で食べ物を食べてもらい、のどの中を観察する検査です。

5 リハビリテーションではどんなことをするの？

当院では、医師を中心に、看護師、ケアワーカー、栄養士、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、放射線技士などがチームを組んで患者さまのリハビリテーションに取り組んでいます。

毎週嚥下カンファレンスを実施し、一人一人の患者さまの状態にあわせた目標を設定し、必要な訓練を組み合わせて実施します。



口腔ケアの様子



のどのアイスマッサージ



摂食訓練の様子

6 摂食・嚥下障害の方にも食べやすいメニューは？

当院では入院中の摂食・嚥下障害の患者さまに、このようなお食事を提供しています。



〈通常の形態食〉

〈摂食・嚥下障害に配慮したゼリー食〉

患者さまの症状は様々で、食べやすい食事の形もそれぞれです。当院では、患者さまの食べる力と嗜好に合わせたお食事の内容を各専門家が相談して決めていきます。また、お食事だけでは十分に栄養を摂れないかたには、栄養補助食品の検討も行います。

〈嚥下外来の一般的な診察の流れ〉

診察 → スクリーニング検査 → 嚥下造影・嚥下内視鏡検査 → 評価・診断 → 食事・栄養・リハビリ指導

※必要に応じて、かかりつけ医、在宅サービスなどへの情報提供も可能です。

※嚥下外来は予約制となっておりますので、詳しくは【予約窓口】TEL:571-5670まで、お電話にてお問い合わせください。

7 口腔ケア(歯磨きやうがい)を行わないとどんなことが起こりますか？

口の中が汚れていると舌の上に舌苔が付き、味覚を低下させてしまい、おいしく食べられません。口の中に細菌が繁殖しやすくなり口臭や口内炎、誤嚥性肺炎の原因にもなります。

※摂食・嚥下障害の患者さまは、唾液による口の中の自浄作用が少ないため、口の中が汚れやすい状態です。口腔ケアは摂食・嚥下障害のリハビリテーションの第1歩で、とても大切なことです。当院では歯科衛生士の指導のもと、口腔ケアにも力を入れています。

8 嚥下特殊外来開設のご案内

摂食・嚥下障害を早期に発見し、誤嚥性肺炎を予防するために専門的な評価と指導を受けましょう。当院では、特殊外来として「嚥下外来」を週1回開設しています。