



## 嚥下調整食

# 嚥下障害の食事について

嚥下とは嚙んで飲み込む一連の動きをいいます。嚥下障害の症状としては、食べ物や飲み物が口からこぼれる、嚙むことや飲むことが上手く出来ない、ムセが起こるなどがあります。嚥下障害は、誤嚥性肺炎や低栄養、脱水を引き起こす原因となり、食べ方や食事形態などの工夫が必要です。当院でも、障害に則した食事形態や、水分形態の調整を行っていますので、いくつか紹介したいと思います。

### 水分へのとろみ付け

液体はサラサラとしており、誤って気管に入りムセることがあります。適度のとろみを付けることで、口から喉に入るスピードが抑えられ、飲み

込みやすくなります。

### やわらか食の提供

歯が無い、嚙む力が不十分な方に対し、食材の見た目を崩さず、軟らかく調理した形態です。食材を刻む、潰すなどした形態に比べて、口の中でバラバラになりにくく、みた目の満足感を得られやすいのがやわらか食です。

### 水分のみとろみ対応

汁物に対しとろみを付け、嚙んだ際に煮汁が出る食材を控えた形態です。高野豆腐や果物など、汁が出る食材は、嚙むうちに液体のみが喉に流れ込みます。そのため気管に流入する危険が有り、難易度の高い食材といえます。

● 嚥下機能・食形態にご興味のある方は職員、または下記までお願い致します。

### お問い合わせ先

■ 輝山会記念病院…………… **TEL** (0265) 26-8111 総合リハビリテーション職員

■ 日本摂食・嚥下リハビリテーション学会… **URL** <http://www.jsdr.or.jp/> 検索