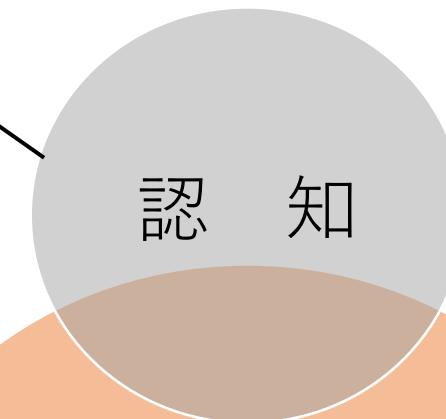


本日の話し

1. 正常な摂食嚥下の流れ
2. 加齢性による摂食嚥下機能の変化
3. 摂食嚥下機能を支える要素
4. 支援事例の紹介

摂食嚥下機能を支える要素



自分は何を食べたいのか。
今から何を食べるのか。
食べているのは何なのか。

一口量は適切か。
摂食ペースは適切か。
食具は合っているか。

姿

勢

食物形態
(食品)

食事方法

正しい(安全な)姿勢か。
楽な姿勢か。

安全(誤嚥・窒息リスクの低い)食物か。
本人の意向に合った(食べたい)食物か。

摂食嚥下障害の支援



4側面から支援

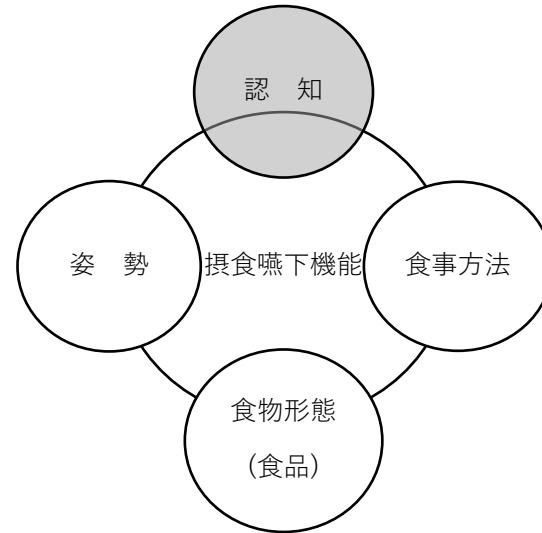
認 知：食欲・嗜好・味覚
満足感

姿 勢：食事動作の制御・咀嚼嚥下の制御・食塊の流れ

食物形態：食欲・嗜好・咀嚼嚥下の制御・食塊の流れの

摂食方法： 咀嚼・嚥下の制御 疲労感の制御 食事時間の制御

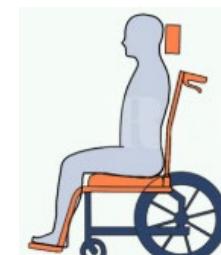
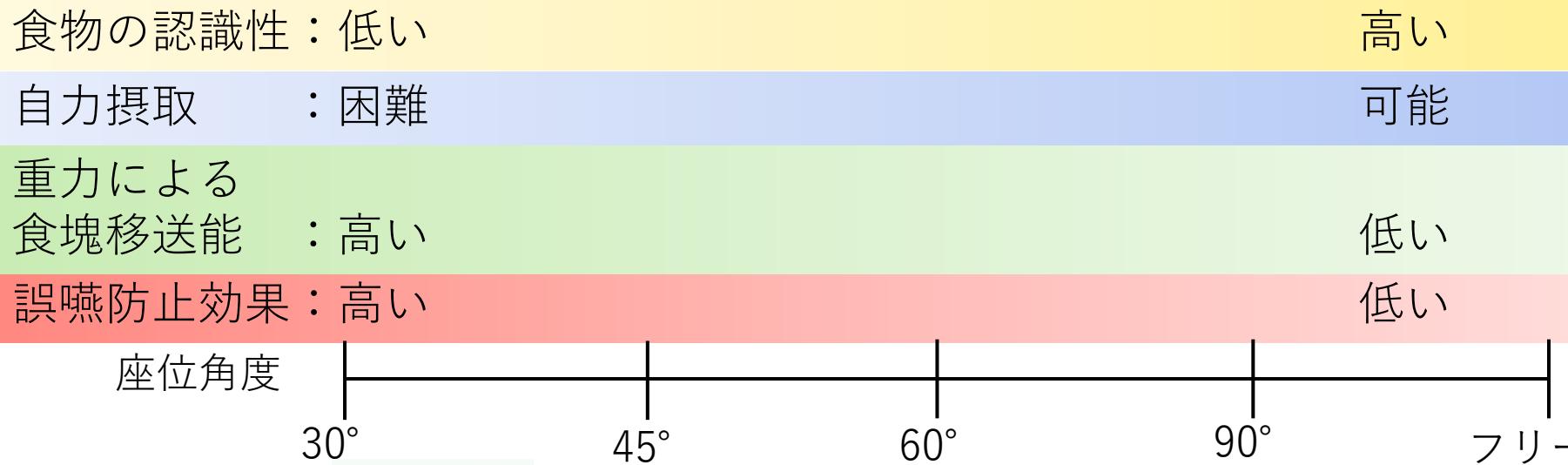
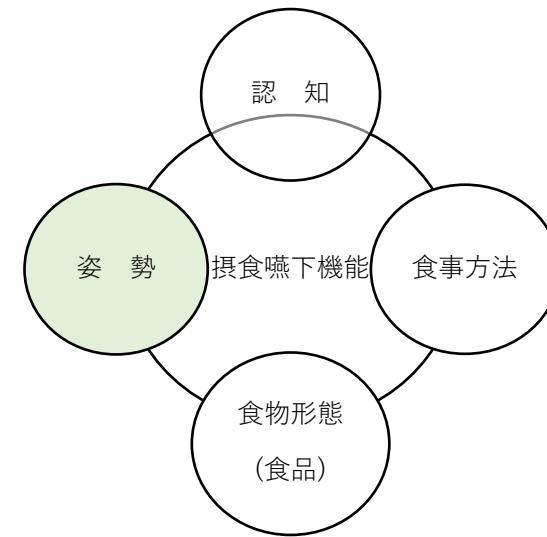
認知面の支援



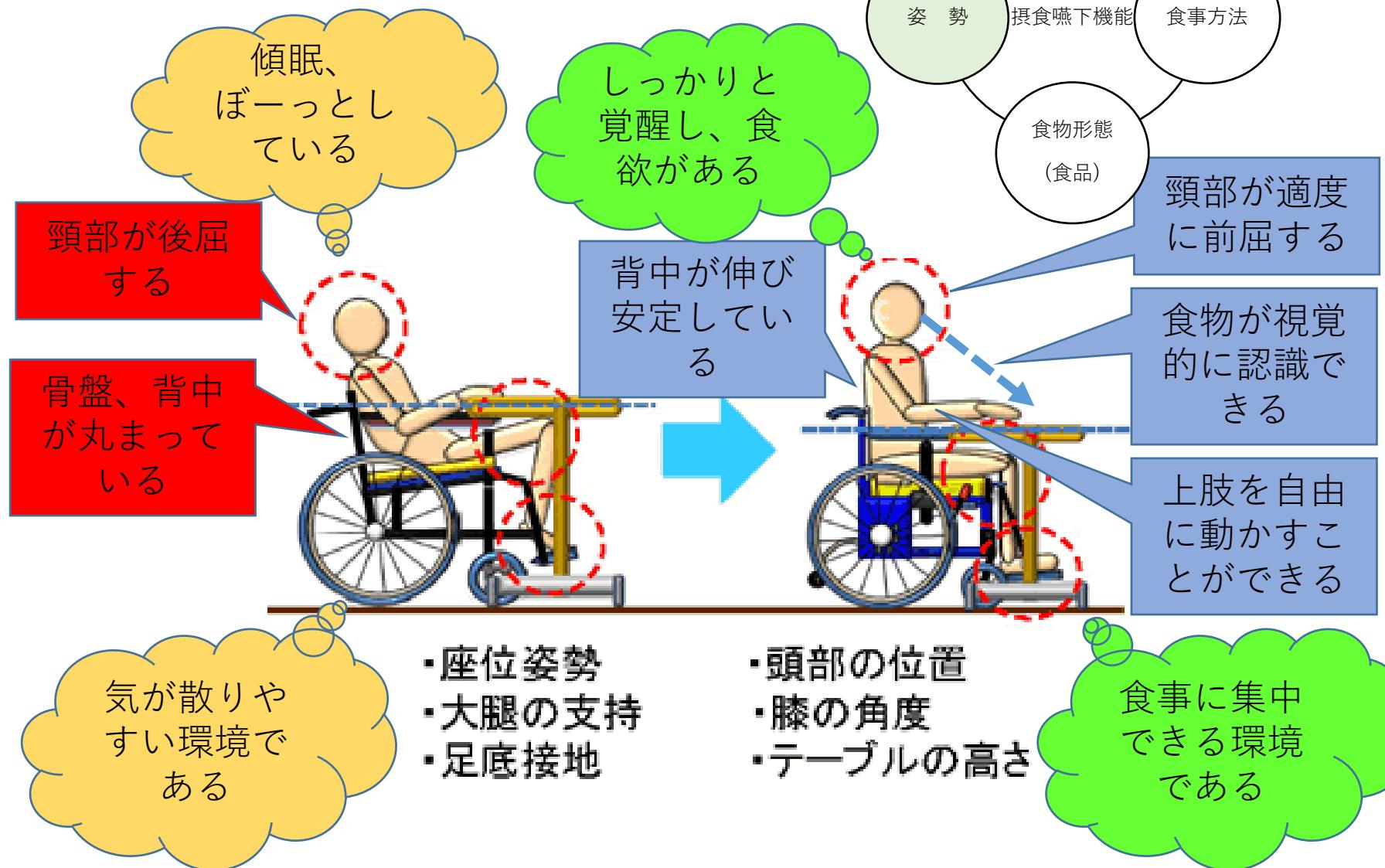
対策分野	方法
環境調整	落ち着いた静かな環境、明るい照明、食器の色を工夫
認知的支援	食事中であること、食事内容が認識しやすくなる働きかけ ・聴覚的提示：「ごはんですよ」「お魚です」など声かけ ・視覚的提示：料理がわかる盛り付け
感覚刺激	嗅覚、味覚、触覚、温度覚を利用し摂食意欲を高める
心理的支援	食事を楽しめる雰囲気づくり、安心感・関心のある話題提供

姿勢調整の支援

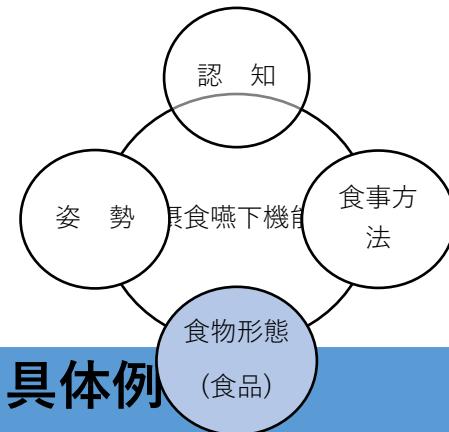
咀嚼嚥下機能が低い(誤嚥リスクが高い)程、低い角度が有効であるが、本来の食事姿勢とは乖離があり、自力摂取や食物の認識性は制限される。



認知・姿勢に対する支援の実際



食物形態の支援



テクスチャー	レベル	具体例 (食品)
硬さ (押しつぶしやすさ)	硬い → 咀嚼の負担高 ※硬すぎると窒息のリスク	りんご、ゴボウ、せんべい
	軟らかい → 咀嚼の負担低 ※デメリットは少ない	プリン、ゼリー、マッシュポテト
凝集性 (まとまりやすさ)	高い → 食塊形成が容易 ※高すぎると咀嚼困難、窒息	ようかん、バナナ、プリン、
	低い → 食塊形成が難しい ※低すぎると食塊形成困難	おから、ゆで卵の黄身、水っぽいゼリー
付着性 (くつきやすさ)	高い → 嘔下タイミング遅い ※高すぎると口腔、咽頭残留、窒息	餅、ピーナツバター、水あめ
	低い → 嘔下タイミング早い ※低すぎると嚥下のタイミングが遅れる	ゼリー、プリン、ポタージュ

食物形態の目安

スライス状にすくうことが容易で、スプーンですくった時点で適切な食塊状となっているもの。咀嚼、食塊形成能力が低く、嚥下後残留や誤嚥をしやすい場合

スプーンですくって、口腔内の簡単な動作により適切な食塊にまとめられるもの。
食塊形成と送り込みが可能(口腔内残留が少ない)で、若干の付着性にも対応可能(咽頭残留が少ない)。
2-1：均質、粒無し
2-2：軟らかい粒を含む

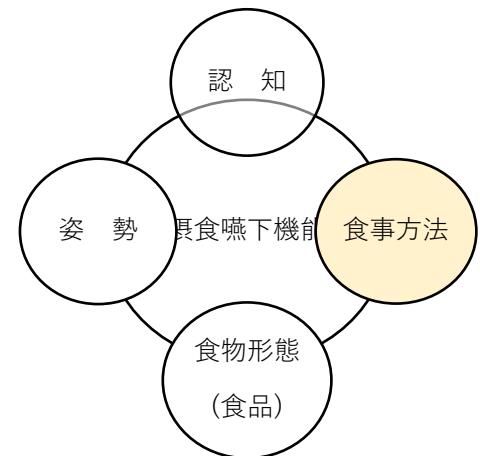
形はあるが、歯や補綴物がなくても押しつぶしが可能で、食塊形成が容易であり、口腔内操作時に多量の離水がなく、一定の凝集性があって咽頭通過時のばらくにくいもの。
舌と口蓋間の押しつぶしが可能で、つぶしたものを作り形成し送り込むことができる。

かたすぎず、ばらくにくく、貼りつきにくいもので、箸やスプーンで切れるやわらかさをもつ。
上下の歯槽堤間の押しつぶし能力以上は必要で、舌と口蓋間での押しつぶしだけでは困難である。

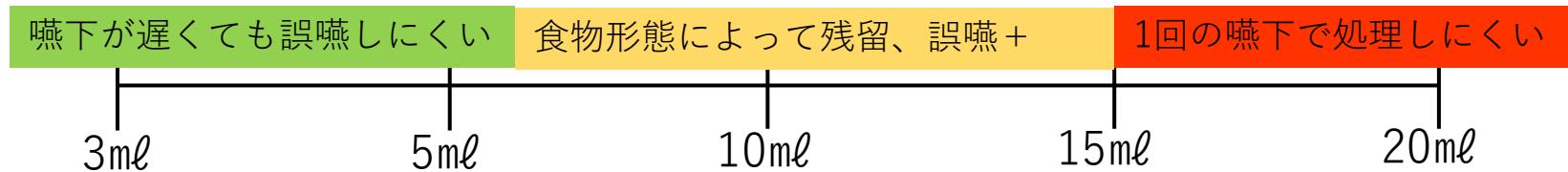
嚥下食は基本的に凝集性が高く設定されている。段階が上がるほど咀嚼・食塊形成などの操作が必要となる。



食事方法の支援



1 一口量：1回で処理(咀嚼嚥下)できる食物量



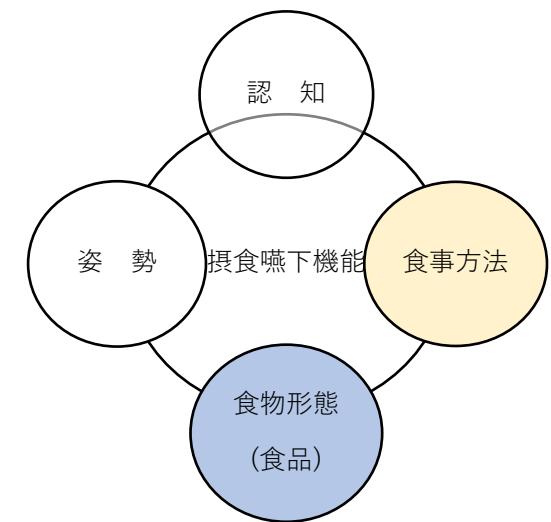
2 ペース：咀嚼・嚥下にかかる時間



3 介助量：摂食動作の自立度



食物形態・食事方法に対する支援の実際



取り込み



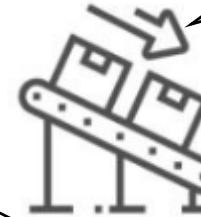
咀嚼



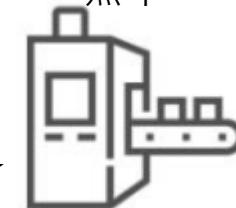
食塊形成



送り込み



嚥下



①飲み込める形態(食道の入り口を通過する大きさ)へ加工

- ・硬いと細かくしにくい(**硬さ**)
- ・量が多いと時間がかかる(**一口量**)
- ・バラけると処理のムラができる(**凝集性**)

③処理（嚥下）の部位まで食塊を運ぶ

- ※サラサラだと早い(**付着性**)
- ※べたつくと遅い(**付着性**)

②飲み込める大きさに梱包

- ・量多いと梱包しきれない(**一口量**)
- ・バラけると梱包し残しがでる(**凝集性**)

④食道へ送る

- ・硬いと通らぬ詰まる(**硬さ**)
- ・量が多いと残留(**一口量**)
- ・べたつくと残留(**付着性**)