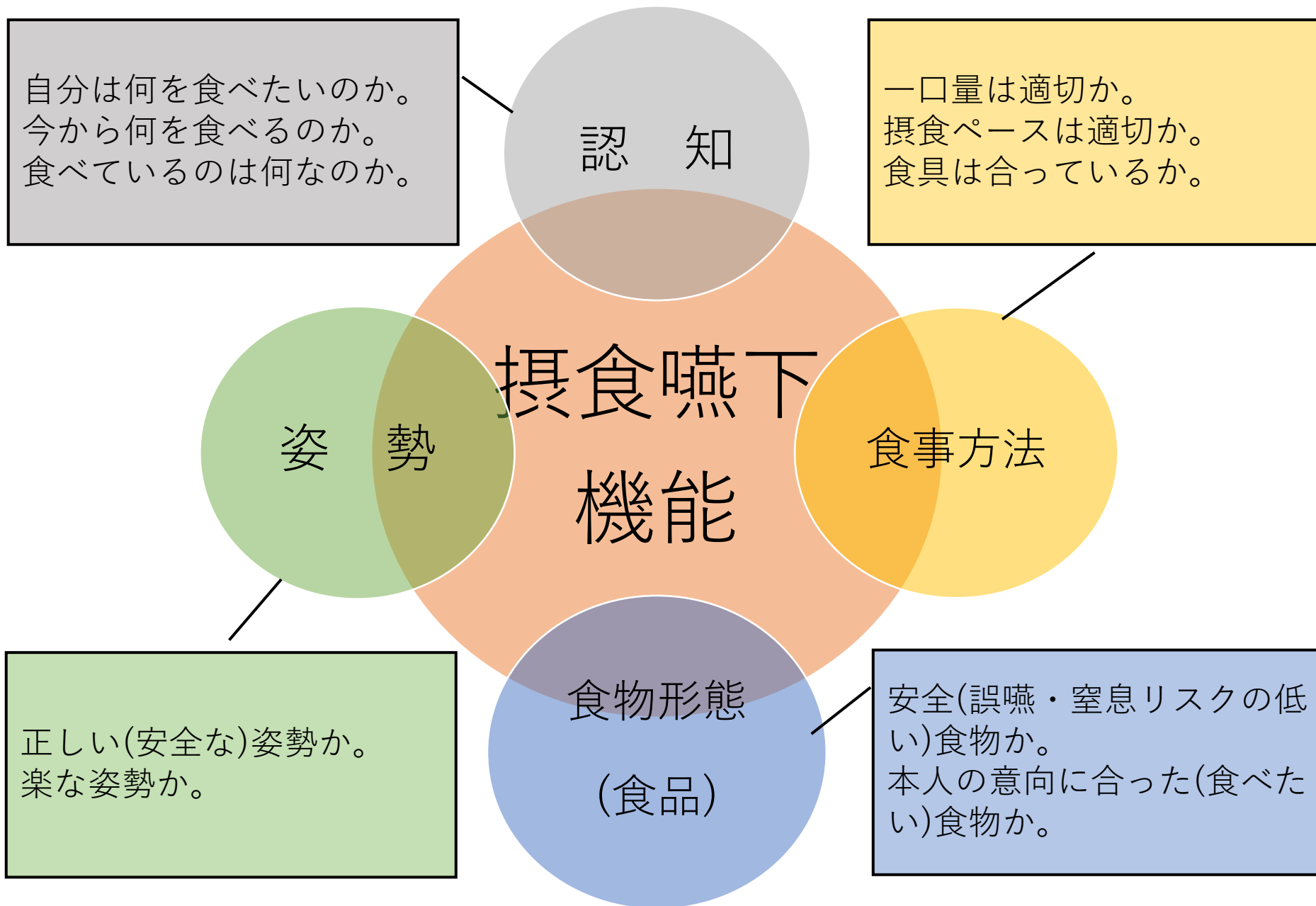


本日の話し

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



摂食嚥下障害の支援



4
側
面
か
ら
支
援

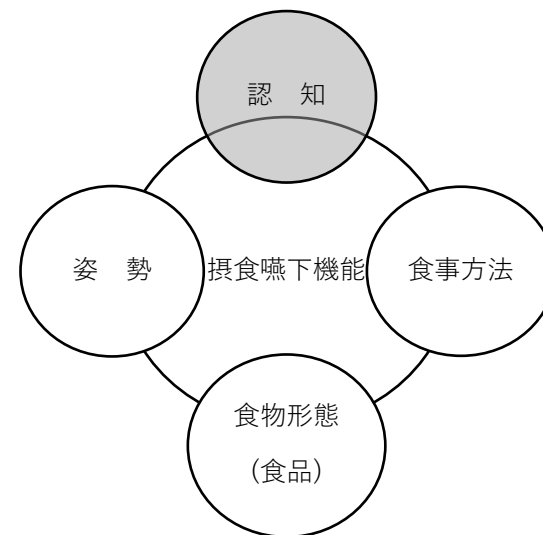
認 知：食欲・嗜好・味覚
満足感

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

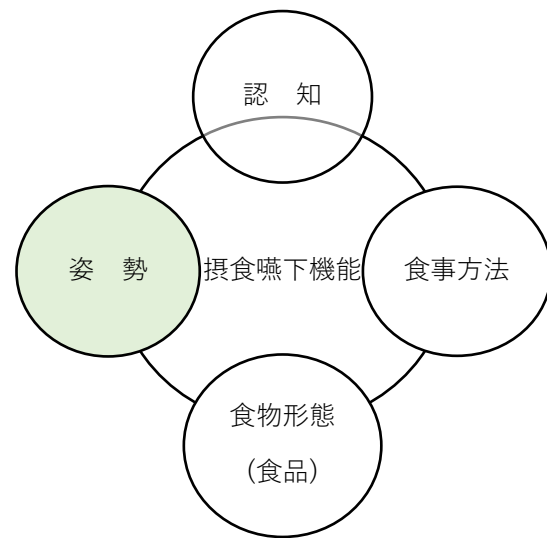
認知面の支援



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。



食物の認識性：低い

高い

自力摂取：困難

可能

重力による
食塊移送能：高い

低い

誤嚥防止効果：高い

低い

座位角度

30°

45°

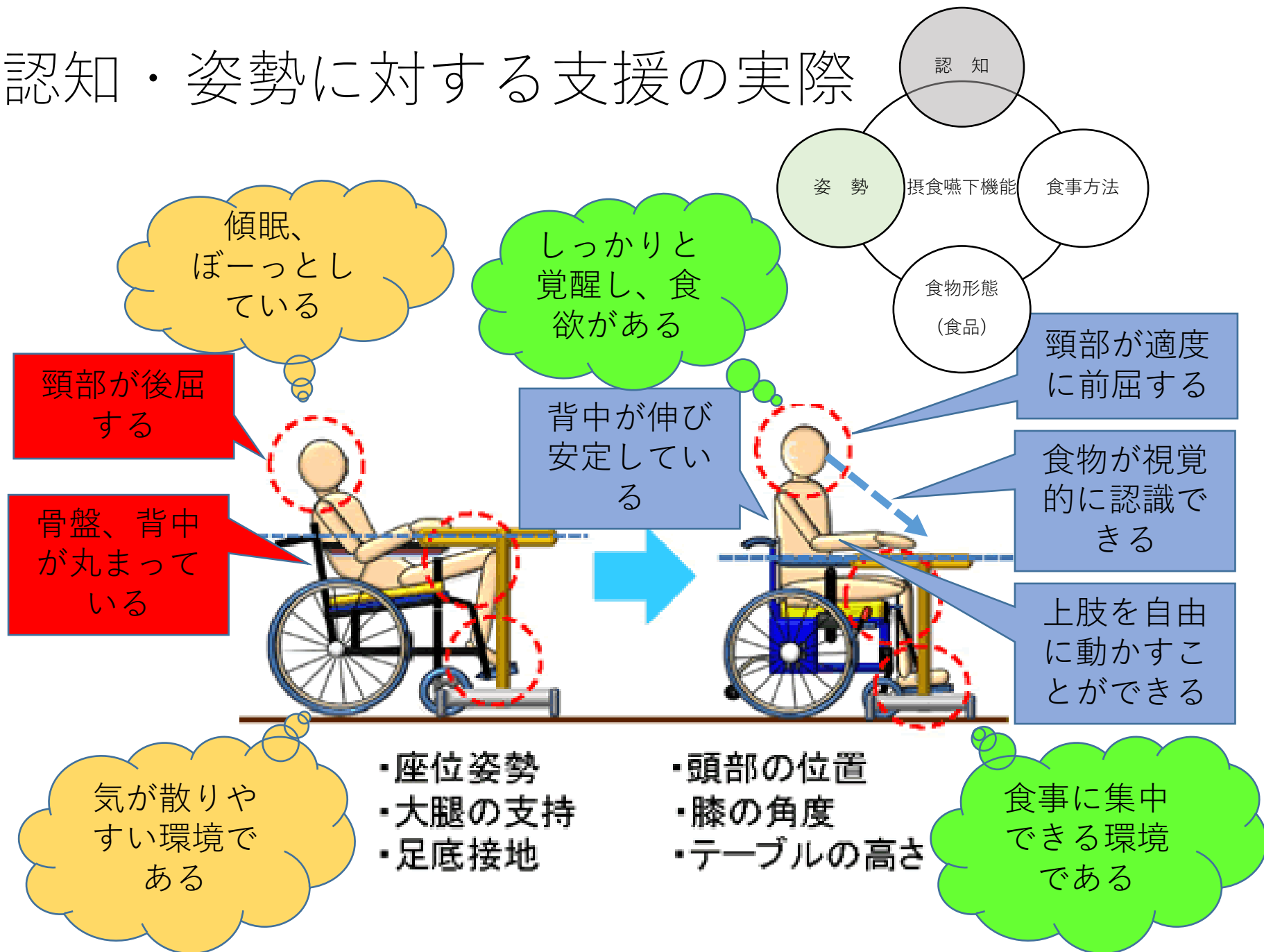
60°

90°

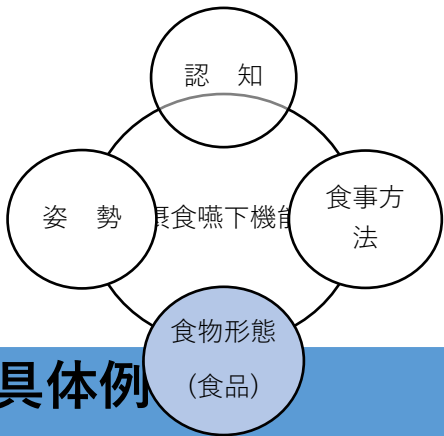
フリー



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 (くっつきやすさ)	高い → 嚥下タイミング遅い ※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 → 嚥下タイミング早い ※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

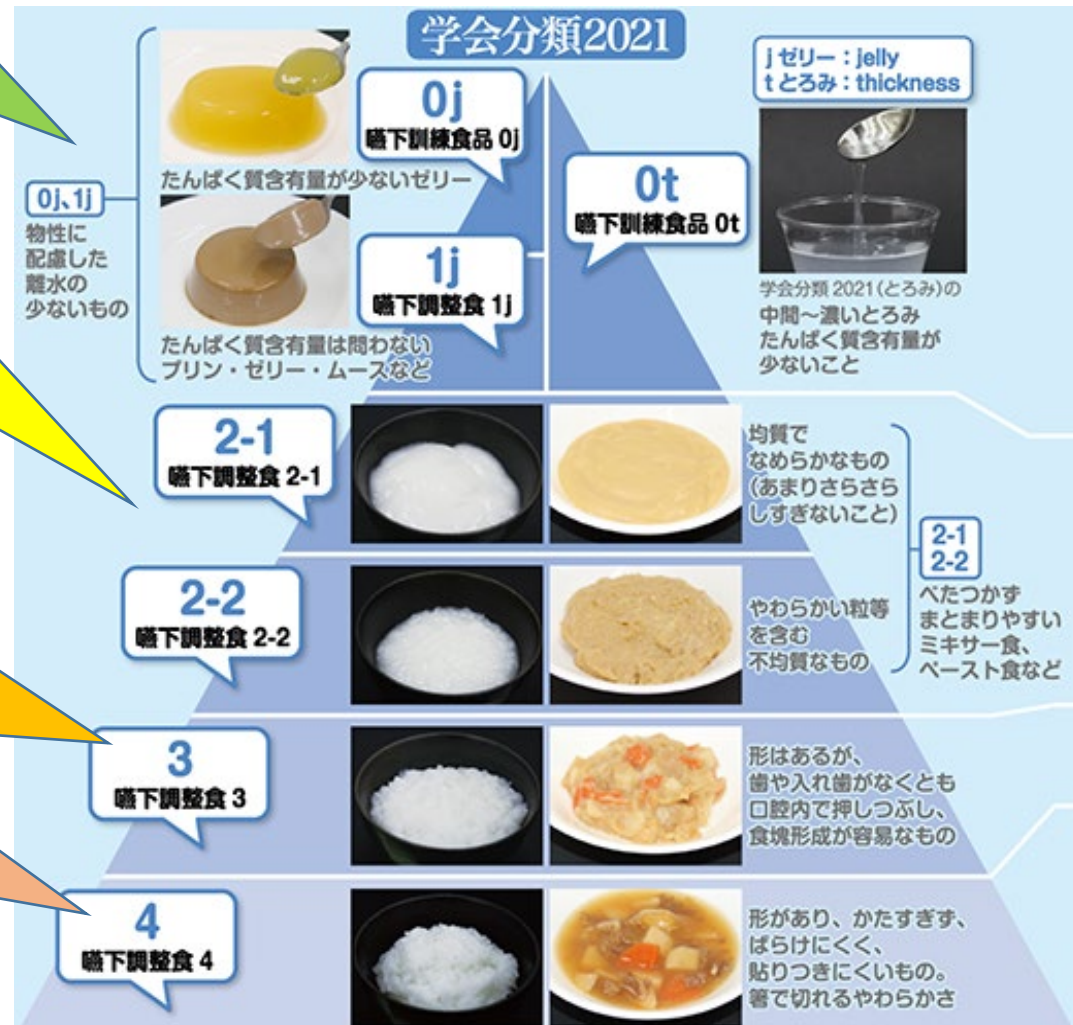
嚥下食は基本的に凝集性が高く設定されている。段階が上がるほど咀嚼・食塊形成などの操作が必要となる。

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

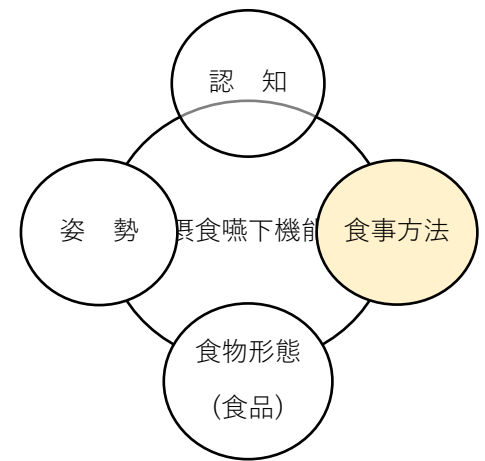
スプーンですくって、口腔内の簡単な動作により適切な食塊にまとめられるもの。
食塊形成と送り込みが可能(口腔内残留が少ない)で、若干の付着性にも対応可能(咽頭残留が少ない)。
2-1: 均質、粒無し
2-2: 軟らかい粒を含む

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、一定の凝集性がある咽頭通過時のばらけにくいもの。
舌と口蓋間の押しつぶしが可能で、つぶしたものを食塊形成し送り込むことができる。

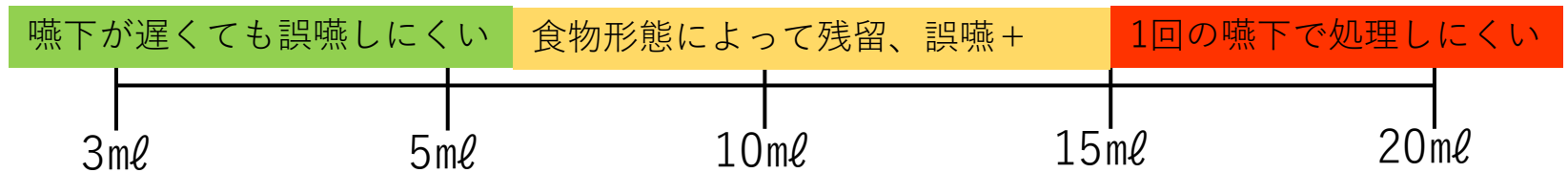
かたすぎず、ばらけにくく、貼りつきにくいもので、箸やスプーンで切れるやわらかさをもつ。
上下の歯槽堤間の押しつぶし能力以上は必要で、舌と口蓋間での押しつぶしだけでは困難である。



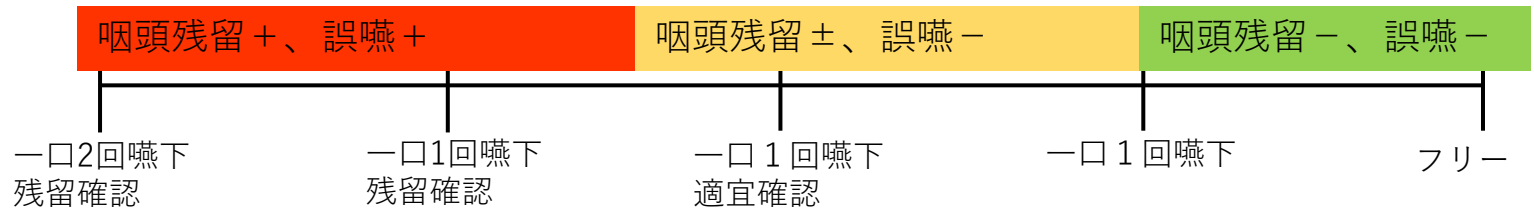
食事方法の支援



1 一口量：1回で処理(咀嚼嚥下)できる食物量



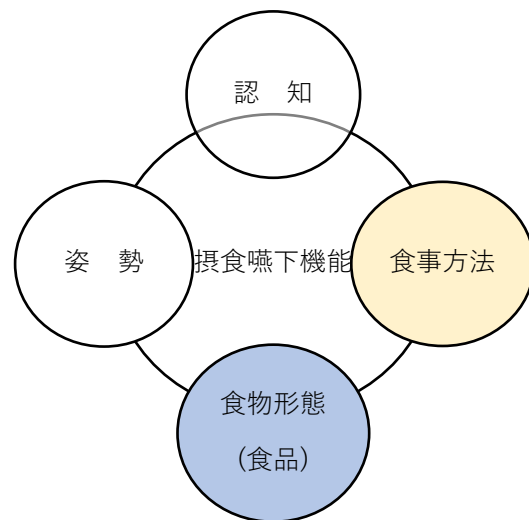
2 ペース：咀嚼・嚥下にかかる時間



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例



取り込み



咀嚼



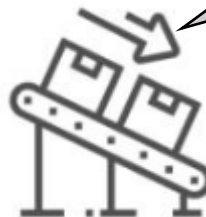
①飲み込める形態(食道の入り口を通過する大きさ)へ加工

- ・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る(凝集性)

食塊形成



送り込み



嚥下



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

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

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)