

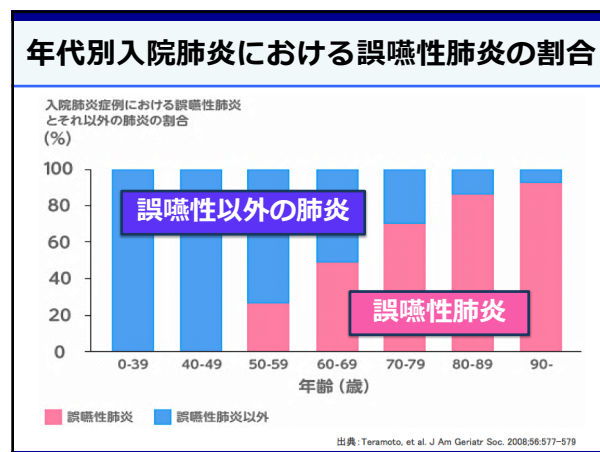
那覇市在宅医療・介護連携推進事業

在宅医療・介護スクラム塾

「摂食嚥下・口腔ケア」

食

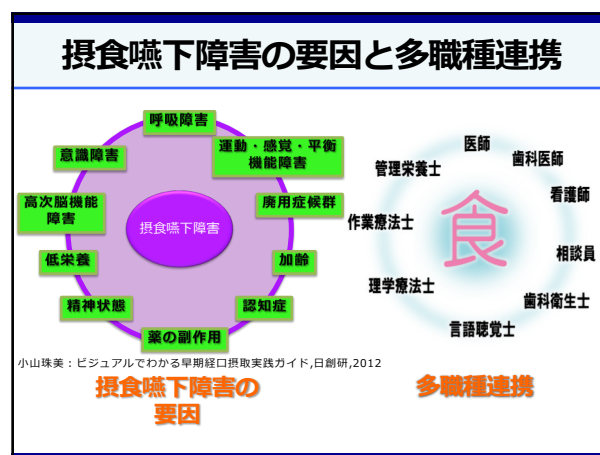
2020年 11月5日
社会医療法人 友愛会 友愛医療センター
看護部 食支援室
摂食・嚥下障害看護認定看護師
大城清貴

情報交換

それぞれの個人や現場の**食支援**に関して

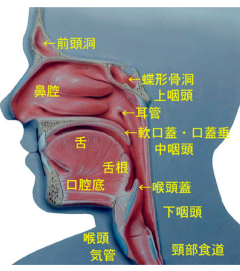
- ・どんな疑問や悩みがありますか？
- ・どんな工夫や取り組みをされていますか？
- ・医療介護連携で課題を感じますか？



摂食嚥下障害の分類

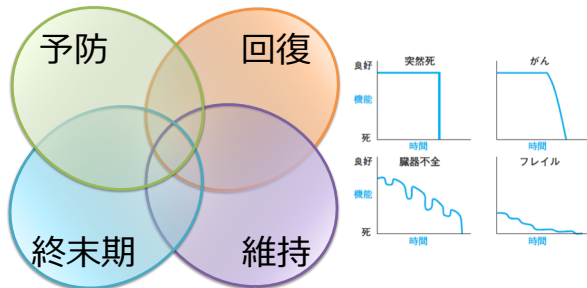
代表的な

- 1、脳卒中
- 2、神経筋疾患
- 3、認知症
- 4、頭頸部癌
- 5、発達遅滞
- 6、精神疾患・薬剤性




食支援の捉え方

食支援はステージ別に関わり方が異なる



摂食嚥下のメカニズム

嚥下の5期を体験

- ・ **先行期** : 食物を認識
- ・ **準備期** : 咀嚼・食塊形成
- ・ **口腔期** : 嚥下反射開始・咽頭へ送り込む
- ・ **咽頭期** : 誤嚥せず食道へ送り込む
- ・ **食道期** : 胃までの移送

加齢に伴う変化

味覚 嗅覚低下 低栄養

唾液量減少 多剤内服による副作用

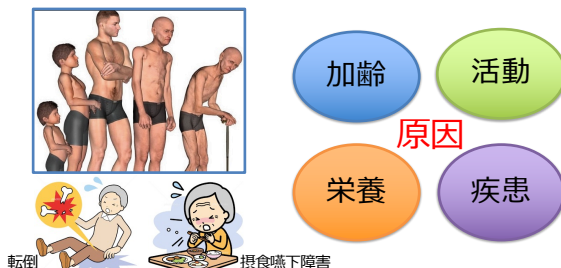
歯牙数減少 感覚低下

舌や喉の筋肉量減少 義歯不適合

若い時と比べて 嚥下機能低下 咳反射低下

サルコペニア

サルコペニアは進行性・全身性に認める筋肉量減少と筋力低下



サルコペニアの簡易診断

筋肉量の評価

ふくらはぎの太さ
男性：34 cm未満
女性：33 cm未満



筋力の評価

高さ40 cmの椅子から片足で立ち上がり

口腔ケア

口腔ケアの種類

器質的口腔ケア

機能的口腔ケア



口腔内の清掃

- ☆感染予防（誤嚥性肺炎）
- ☆口腔疾患の予防

口腔機能の改善

- ☆嚥下リハ（摂食嚥下機能）
- ☆唾液分泌の促進
- ☆日常生活リズムの回復

絶食時の口腔内の状態

唾液

耳下腺、顎下腺、舌下腺と呼ばれる大唾液腺と口腔粘膜全体に分布している小唾液腺から分泌される。1日1.0～1.5リットル分泌される

効果

- 1、消化作用
- 2、粘膜保護作用
- 3、食塊形成作用
- 4、潤滑作用
- 5、抗菌・自浄作用
- 6、pHの中和作用
- 7、修復作用

経口摂取中止

- ・唾液分泌の低下
- ・口腔内の摩擦減少
- ・口腔機能の低下
- ・口腔内の細菌数増加

肺炎のリスクUP

可能な限り絶食は避ける

効果的な口腔ケアのPOINT

姿勢
調整

加湿
保湿

磨く

清掃

粘膜
ケア

回収

保湿の方程式

保湿

=

加湿

+

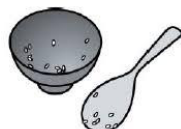
蒸発予防

岸本裕充：成果の上がる口腔ケア,医学書院, 2011

ケアのスタートは「加湿」から



食器洗いの際に、こびりついたご飯粒が乾燥しないよう洗う前に水につけておくのと同じように、口腔内を適宜加湿することが大切



食形態の特徴

嚥下調整食の特徴

- ・ **付着性が低い** (ベタベタしていない)
- ・ **凝集性が高い** (バラバラになりにくい)
- ・ **変形性が高い** (柔らかい)



とろみの分類

日本摂食嚥下リハビリテーション学会

薄いとろみ (50~150mPa・s)	中間のとろみ (150~300mPa・s)	濃いとろみ (300~500mPa・s)
・スプーンを傾けるとすっと流れる ・ストローで容易に吸える	・スプーンを傾けるととろとろと流れる ・ストローで吸うのは抵抗がある	・スプーンを傾けても流れにくい ・ストローで吸うのは困難
drink	drink	eat



咽頭残留に注意が必要!

商品名	使用目安量 (g)	薄いとろみ	中間のとろみ	濃いとろみ
トロミスマイル		0.6 ~ 1.2	1.2 ~ 2.0	2.0 ~ 3.1
トロミパワースマイル		0.5 ~ 1.0	1.0 ~ 1.6	1.6 ~ 2.4
トロミクリア		0.5 ~ 1.1	1.1 ~ 2.0	2.0 ~ 2.9
明治トロミイク SP		0.5 ~ 1.2	1.2 ~ 2.1	2.1 ~ 2.7
トロミアップパーフェクト		0.5 ~ 1.0	1.0 ~ 1.7	1.7 ~ 2.4
新スルーキング i		0.6 ~ 1.3	1.3 ~ 2.2	2.2 ~ 3.4
トロミアップエース		0.5 ~ 1.1	1.1 ~ 2.0	2.0 ~ 3.2
ソフティア S		0.7 ~ 1.4	1.4 ~ 2.3	2.3 ~ 3.2
ネオハイトロミール R&E		0.6 ~ 1.4	1.4 ~ 2.2	2.2 ~ 3.2
ネオハイトロミール III		0.4 ~ 0.8	0.8 ~ 1.4	1.4 ~ 2.1
つるりんこ Quickly		0.8 ~ 1.6	1.6 ~ 2.6	2.6 ~ 3.3
トロミリンEx		0.6 ~ 1.1	1.1 ~ 1.9	1.9 ~ 2.6
トロミリンV		0.6 ~ 0.9	0.9 ~ 1.4	1.4 ~ 1.9

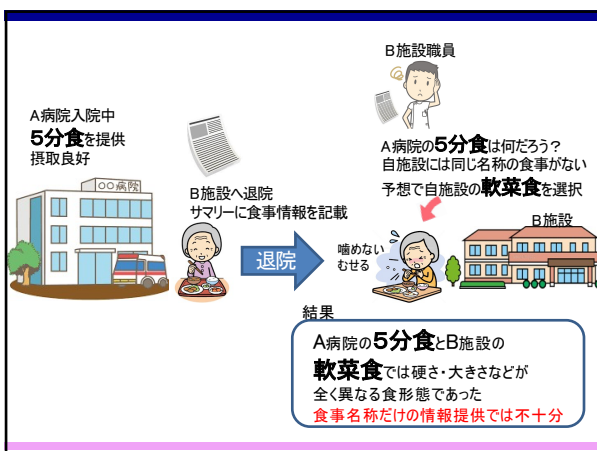
ヘルシーネットワーク

<http://www.healthynetwork.co.jp/pro/enge2013.html>

ゼリー摂取のPOINT



- 山盛りのゼリーは咽頭残留しやすい
- クラッシュゼリーは口腔内や咽頭でバラつき口腔残留や誤嚥のリスクが高まる



那覇南部地区食形態マップ委員会



<協力施設>

友愛医療センター 豊見城中央病院 小禄病院 沖縄協同病院
西崎病院 大浜第二病院 モリヤデンタルオフィス
シャングリラ糸満

<職種>

歯科医師 看護師 管理栄養士 言語聴覚士

那覇南部地区 まーさん食形態マップ

【病院名】 豊見城中央病院 2019.11

コード	主 食	副 食 (主 菜・副 菜)
1j	増粘剤あり もちもち食 増粘剤なし もちもち食	1j
2	丸呑み できる形態	2
3	軟質	3
4	米飯	4

咀嚼の能力が必要
義歯でも噛める

咀嚼の能力が必要
義歯では噛めない

公益社団法人
南部地区歯科医師会
Public entity association of southern region dental doctors

098-996-4452

歯科医師は沖縄の皆様の
健康なお口の機能の維持管理を支える
ライフ・ヘルス・サポーターです。

2018年 デンタルフェアの様子はこちら →

新着情報
2020.02.20 那覇市医師会研修会延期
2019.10.04 令和元年度 発動/喫煙防止対策研究会の開催について

那覇南部地区
まーさん
食形態マップ

食生活を振り返る

食を中心に
自分の1日の過ごし方や習慣・
こだわりを考えてみよう

なんでもいいですよ♪
頭を柔軟にして思い出してください

例えば…

- ◆毎週必ず食べるものはありますか？
- ◆食器で好きなものは？
- ◆便秘予防でいいものがありますか？

食べる楽しみ
||
生きる楽しみ

ご清聴有難うございました

友愛医療センター 食支援室 摂食・嚥下障害看護認定看護師
大城清貴

ゆうくん あいちゃん



今日の振り返り

- 1、今日の研修で一番の学びや印象に残った事を教えてください
- 2、現場でさっそく役立てみようと思った事を教えてください