

嚥下障害と食事

当院では、病院食を食べている患者様の約45%が、嚥下食・やわらか食を召し上がっています。高齢化に伴い、嚥下食の需要が増えています。当院の嚥下食をご紹介します。

					
	嚥下開始食	嚥下1	嚥下2	嚥下3	やわらか
kcal/たんぱく/水分	170/0/150	770/22/700	1200/50/1000	1200/50/1250	食種に応じて
学会分類2021	O j	2-1	2-2	3~4	4
形態	スライス状にできるゼリー	均一なペースト	不均一なペースト	形あるが押しつぶし容易	箸で切れる軟らかさ
特徴	たんぱく質含まない。丸呑み可	口腔内で簡単に食塊になる。スプーンですくって食べられる。		舌と口蓋で押しつぶし可能	歯茎ですりつぶし可能

Q 食事中によくむせる

A むせの起きかたによって対処は異なります。よく観察しましょう。

何で起きた？

●水分？固形物？

→水分のとろみ・食形態の調整

どのタイミング？

●飲み込む前？最中？後？

→体位調整・頸部前屈・食形態

●食事の食べ始め？後半？

→嚥下体操・体位調整
途中休憩・少量高栄養食



Q 食事中にガラガラ声(湿性嘔声)にかわる

A 咽頭残留・喉頭侵入・誤嚥が疑われます。状況に応じて咳払い・空嚥下・複数回嚥下・交互嚥下を促します。必要に応じて、嚥下内視鏡による精査が必要な場合もあります。

Q 他施設で食べていた食事は当院ではどの食事？

A ゼリー食・ミキサー食 → 嚥下2相当
ムース食 → 嚥下3相当
きざみ・とろみ食 → 嚥下2~3相当

一応の目安です。病棟担当栄養士に連絡してください。施設ごとに形態が異なるため、実際食べている状況で調整が必要です。

Q 食上げのタイミングは？

A 摂食時間30分以内、7割以上摂取が3食続いたとき。

患者様の食べている様子をよく確認しましょう。誤嚥性肺炎を防ぐには口腔ケアも非常に大切です！お困りのことがありましたら、NSTへご相談下さい。