NSTレター
2025年12月10日発行(No.71)
NST委員会

NST勉強会～摂食嚥下の要～

令和7年11月25日JCHO横浜中央病院NST委員会は地域向け勉強会を行いました。
内容は、『**摂食嚥下の要**』と題し摂食嚥下リハビリテーションで重要な事柄についての講演と嚥下内視鏡を用いた実演を行いましたので供覧します。

食物を食べる(摂食)のメカニズム(摂食嚥下の5期モデル)

(1)先行期　食物の形や量などを認識して食べ方を判断し、唾液の分泌を促す。

(2)準備期　食物の状態に応じて噛み砕き(咀嚼)、飲み込みやすい形状(食塊)する。

(3)口腔期　形成された食塊が、複雑な舌の運動により咽頭へ送られる時期。

(4)咽頭期　食塊が気管に入り込むのを防ぐ。

(5)食道期　食塊を胃に送り込む。

嚥下内視鏡検査で確認できるのは
咽頭期

嚥下障害診療のアルゴリズム

対象患者
↓
問診
↓
精神機能・身体機能の評価
↓
口腔・咽頭・喉頭などの診察
↓
スクリーニング
RSST(反復唾液嚥下テスト)
MWST(改定水飲みテスト)
↓
嚥下内視鏡検査
↓
間接訓練・直接訓練
↓
適切な食形態・栄養経路の確立

日本耳鼻咽喉科学会:嚥下障害診療ガイドライン2018年版 一部改変

間接訓練の組み立て方

①主要な異常所見を抽出する

②異常所見を引き起こしている機能障害を特定する

③機能を改善させるために必要な諸器官の運動を組み立てる

例)

・口腔期の障害
とりこみ、口唇閉鎖、食塊保持、食塊形成、食塊送り込み
訓練方法→口唇閉鎖、ブローイング法、頬すぼめ、舌の運動訓練

・咽頭期の障害
鼻咽腔閉鎖、咽頭挙上、喉頭閉鎖、送り込み
訓練方法→メンデルソン手法、息こらえ嚥下、おでこ体操

Point
「摂食嚥下の5期モデル」の段階ごとに考える！

ブローイング法
おでこ体操

【編集後記】
摂食嚥下について勉強会を開催しました。食べることの大切さ・重要さを改めて実感した勉強会となりました。
今後も地域に向けた勉強会を開催していきたいと思います。

NST委員会　相澤(歯科口腔外科)・伊藤(栄養管理室)