

摂食嚥下について ②

一 指導訓練法と歯科的対応 一

日本大学松戸歯学部
障害者歯科学講座
野本 たかと



摂食嚥下リハビリテーション

食環境指導 食卓, 椅子, 摂食姿勢, 食具・食器の選択など

食内容指導 栄養, 水分, 調理・再調理法, 増粘食品, 栄養補助食品, 再調理器具など

摂食機能訓練 間接訓練
姿勢保持訓練, 脱感作療法, 呼吸訓練, 筋訓練(口唇訓練・頬訓練・舌訓練)など

直接訓練
嚥下訓練, 捕食訓練, 咀嚼訓練, 水分摂取訓練, 自食訓練など



摂食嚥下リハビリテーション

食環境指導

食卓, 椅子, 摂食姿勢, 食具・食器の選択など

<摂食姿勢>

Steele et. al: 高齢者・中途障害者の35%

田村ら: 高齢者・中途障害者の33%

その他多数:
姿勢を調整しただけで誤嚥や
窒息が減少したなどの報告



摂食・嚥下リハビリテーション

食内容指導

栄養, 水分, 調理・再調理法, 増粘食品,
栄養補助食品, 再調理器具など

2時間かけて食事を全量摂取している!

お茶やみそ汁でむせる!

食べやすいように細かく刻んで食べさせている!



食形態の考え方

形や大きさ **X**

小粒から大粒, 刻みから粗刻みetc

ミキサー食, 刻み食, 普通食 → 全て同じ食物物性

均質な物性 → 硬さを増す

口腔機能にあった食物形態



その他の食内容指導

滑らかで適度な形態のヨーグルトで飲み込む練習

みそ汁が好きだから, みそ汁で飲み込みの練習

誤嚥の危険がある方への発酵食品での練習は控えましょう

口の中に溜まったままだからお茶や水で流す

薬の服用にトロミ水の注意

トロミ剤は素錠，口腔内崩壊錠，コーティング剤の崩壊に影響する！

トロミ剤に浸漬させた薬剤は6～23倍の時間がかかった。

(富田ら：医学のあゆみ，2018.)

その他にも

30分間全く変化を示さなかった。

排便から錠剤のまま検出された。 etc

服薬用のゼリーでは大きな変化は無かった。

摂食嚥下リハビリテーション

摂食機能訓練 間接訓練

姿勢保持訓練，脱感作療法，呼吸訓練，筋訓練(口唇訓練・頬訓練・舌訓練)など

直接訓練

嚥下訓練，捕食訓練，咀嚼訓練，水分摂取訓練，自食訓練など

間接訓練

Thermal Stimulation (アイスマッサージ)

嚥下体操(頸部ROM訓練，舌訓練，口唇訓練etc)

Pushing Exercise (声帯内転運動)

Head raising Exercise (頭部挙上訓練)

息こらえ嚥下の基礎訓練

嚥下促進訓練

メンデルゾーン手技

ブローイング訓練

発声練習(パタカ)

呼吸訓練

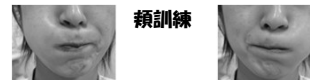
舌訓練・口唇訓練・頬訓練



口唇訓練



舌訓練



頬訓練

呼吸訓練

膈式呼吸

ブローイング



口すぼめ呼吸



ハッフィンク

胸郭可動域 (ROM) 訓練



構音障害のスクリーニングとトレーニング

「バ」音

「ファ」に聞こえる場合、口唇の閉鎖ができていない

「タ」音

「ア」に聞こえる場合、舌尖の挙上が不十分
「ナ」に聞こえる場合、軟口蓋の挙上が不十分



「カ」音

「ア」に聞こえる場合、舌根の挙上が不十分

“パンダのたからもの” by 摂食嚥下リハ学会

直接訓練

誤嚥を減らす方法

体幹や頸部など姿勢の配慮

息こらえ嚥下 (supraglottic swallow)

嚥下に意識集中 (think swallow)

横向き嚥下 (頸部の回旋)

咽頭残留の除去

空嚥下の繰り返し

横向き嚥下・うなづき嚥下

交互嚥下

日常の訓練は何をすれば良い？

口腔体操
たくさんしゃべる

お口やお口の周りの筋肉をたくさん動かす

顎が動いている

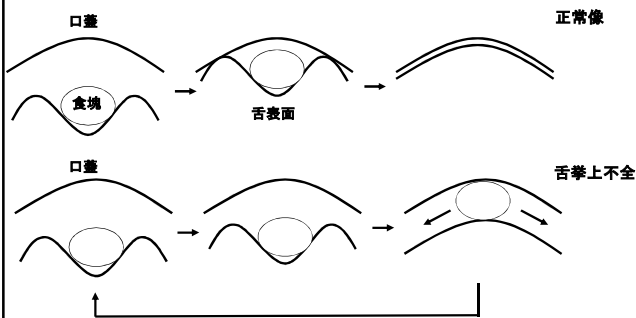
上下左右に
不規則に動く

上下運動を
繰り返す

咀嚼

舌による
送り込み不全

舌前額断面の舌背表面の動き



舌前額断面の舌背表面の動き

