



在宅歯科医療連携室だより 令和4年 新春号

発行 福島県福島市仲間町 6-6
福島県歯科医師会・在宅歯科医療連携室
TEL 024-523-3268 FAX 024-524-1323

新年おめでとうございます

令和4年も、在宅歯科医療連携室をどうぞよろしくお祈りします



水分誤嚥ととろみについて

新年早々話題になるもちによる窒息。原因はよく噛まないまま飲み込んだり、一度に飲み込めない量を口に入れたり、むせる力がなく生じたり、集中できずに飲み込んで、など。みなさん最善の注意を払っていらっしゃると思います。もちろん注意していてもこれは一瞬の出来ごとなので餅は提供しない・食べないようにと対策され、ことなきを得て過ぎた方も多いと思います。しかし、窒息の裏には水分の誤嚥が潜んでいることをご存知でしょうか。本日はこの水分誤嚥についてその改善策をお話しします。

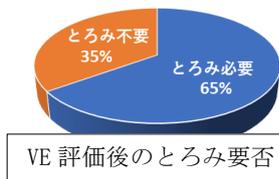
誤嚥の原因は、さまざまな疾患はもちろんですがその人が持つノドの形や飲食時の姿勢・丸飲みできる力などあります。しかし、重要なことは水分を正しく丸飲みできることです。水分を正しく飲むことが、誤嚥習慣がなくなり窒息も防ぐことが出来るようになります。

約7割に水分誤嚥あり。必要なのは粘度調整

加齢や疾患により生じる様々な嚥下障害を数多く診察する中で感じることは、約7割の方に水分誤嚥があり、それが誤嚥性肺炎や窒息の引き金になっている、ということです。

水分誤嚥を起こさせない。

嚥下障害において、水分誤嚥の予防がいかに重要であるか、ということです。



水分誤嚥は、嚥下のタイミングのズレと飲み込む力の低下によって起こります。解決するには、タイミングが合うよう

飲み物の粘度を調整してあげることが

必要です。

粘度をつけることで、仮に飲み込みきれなかったとしても、咽頭に張り付き、気管に流れ込むことを防ぐことができます。

『大体このくらい』でとろみ調整をしていませんか？

学会分類 2013 における粘度のファーストチョイスは「中間のとろみ」です。しかし嚥下障害は個別性が強いので、個々に応じた調整が必要不可欠です。

また、粘度をつけるために用いるとろみ調整食品にも様々な種類があること、とろみを調整する人によって理解度や感覚が異なることなどから、実際の現場では、その時々によって濃くなったり、薄くなったり、**粘度が安定していない**ことが多々あります。

『お家ではちょうどいいのに、デイサービスやショートステイでは濃く作られるから飲みたくない』

『あのスタッフは日によってとろみの具合が違う』

患者さん本人からこのようなお話を伺うこともあり、未だ適切なとろみ付けが為されずに提供されている現状が数多くあることは否めません

いい加減なとろみは非常に危険です。

一人ひとりに適する粘度を提供する上で、とろみ調整食品を正しく使えること、「むせる・むせない」に関わらずしっかりと嚥下診察を行うこと、そして、携わる方全員での情報共有と実践訓練を怠らないこと。これらがとても大切です。



※この記事に関する詳細は連携室までお問い合わせ下さい。

訪問歯科診療に関する相談や歯科との連携に関することは、在宅歯科医療連携室にご連絡ください。

※FAX 不要の場合にはお手数でもご連絡をお願いいたします。