

あさか訪問通信

飲み込みチェックで

誤えん防止!!

R1.8月号



最近、「飲み込みにくくなった」「食事中によくむせる」「食べこぼしが増えた」「食事が減り、体重が減少した」ということはありませんか？



高齢になると、自然と摂食えん下機能が低下してきます。誤えん事故を減らすためには、個人個人に合った“食形態”を見直さなければなりません。食形態見直しのためには、内視鏡による「えん下機能検査」を行うことが理想的ですが、まずは簡易的な飲み込みのチェック（スクリーニング検査）でえん下障害の有無を確認することから始めると良いでしょう。

スクリーニング検査を行う前に…

- * 全身状態が安定していること
- * 病状が安定していること
- * 本人とご家族に経口摂取をしたいという意思があること
- * えん下評価・訓練に協力的なこと
- * 挿管中でないこと

こちらの条件を満たしている方のみ行ってください



1 反復唾液えん下テスト

ゴクン

のど仏に軽く指を当てて、唾液を「ゴクン」と飲み込みます。30秒間繰り返し、何回飲み込めるかを確認します。「ゴクン」とした時に、しっかりのだ仏が上がっているかを指で触りながらチェックしましょう！

3回以上…65歳以下 2 のテストへ / 65歳以上 3 のテストへ
1~2回… 3 のテストへ
出来ない・むせてしまう…精密検査が必要



2 水飲みテスト (30ml)

座っている状態で30mlのさらさらした水を飲んでもらい、上手く飲めるかどうかをチェックするテストです。

- ・ 1回でむせることなく飲むことができる…正常の範囲
- ・ 2回以上に分けるが、むせることなく飲むことができる…障害の可能性あり
- ・ 1回で飲むことができるが、むせることがある…異常あり
- ・ 2回以上に分けて飲むにもかかわらず、むせることがある…異常あり
- ・ むせることがしばしばで、全量飲むことが困難である…異常あり



3 改定水飲みテスト (3ml)

座っている状態で3mlのさらさらした水を飲んでもらい、上手く飲めるかどうかをチェックするテストです。

- ・ むせることなく飲んで、ガラガラ声にもならない… 2 のテストへ
- ・ 飲み込めない、またはむせる、ガラガラ声になる…精密検査が必要



当院には「摂食えん下認定医」がおります。必要に応じて、内視鏡によるえん下機能検査を行ったりえん下機能向上のためのリハビリを行うことが可能です。心配なことがあれば、何でもご相談ください。



スタッフの近況



ポスター発表の優秀賞を取りました！

in
日本インプラント臨床研究会



医療法人 寛友会
浅賀歯科医院

浅賀・毅デンタルクリニック