

NST NEWS

H19.2.22

第 10 号



嚥下機能のしくみって
どうなっているのかな？

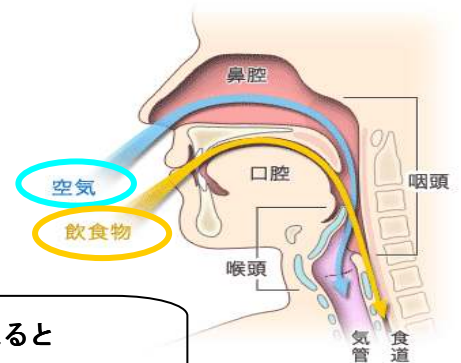
NSTに依頼する理由のひとつに、嚥下障害・誤嚥による喫食率の低下があります。そこで今回は咀嚼と嚥下について簡単に説明します。

咀嚼とは…口腔内に食物を摂取してから食塊（飲み込むために塊にする）にして飲み込む一連の生理的過程をいい、咀嚼筋の働きによって顎関節を軸とした下顎の開閉運動と舌・口唇・頬も協同しています。

嚥下とは…咀嚼運動によって作られた食塊が口腔から咽頭および食道を通過して胃に送り込まれる過程をいいます。

【嚥下機能のしくみ】

右図のように空気と食べ物の通り道はとても近いところにあり一部交叉する所もあります。食べる時の姿勢（特に顎が上がらないこと）が重要です。顎が上がると気管への通路が開きやすくなります。また「ゴックン」という嚥下反射の妨げにもなります。



気管に食べ物が入ると
誤嚥するのね

【嚥下障害の評価分類】

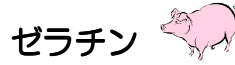
先 行 期：意識、認知、意欲、注意などのレベルで問題点があります。当院では多くの患者様がこの先行期の問題で、噛み飲み込む力があるのに食べられない状態にいます。

そこでNSTに依頼し、患者様の食思に合わせたメニューを検討し経口摂取を目指します。

準備期・口腔期：食べ物を噛み砕き、唾液と混ぜ合わせ、食塊を形成します。この機能がうまく働かない方たちのために、レベルに合わせて刻み食、ミキサー食、ゼリー食などの多種多様なメニューを栄養科で用意します。

咽 頭 期：「ゴックン」の嚥下反射が起こるところです。誤嚥はこの問題で起こります。外観から分かりにくく、誤嚥した時にムセない人もいますので、STが一番慎重になるところです。患者様の食事介助の時も、是非、嚥下反射を目で見て確認して下さい。

ゼラチンと寒天には一体どんな違いがあるのだろうか？



海藻（天草・オゴノリ）	原料	牛や豚の骨や皮
炭水化物（ガラクトン）	主成分	たんぱく質（コラーゲン）
0kcal/100g	栄養価	約 340kcal/100g
腸の蠕動運動を助ける	働き	消化吸収が良い
～35℃（常温で固まりやすい）	凝固温度	～13℃（冷蔵庫で冷やす）
硬くてろい	硬さ	柔らかくて粘着力がある
ようかん・ところてん等	用途	ゼリー・グミ・ムース等



当院のゼリー食はゼラチンを使用しています。ゼラチンはなめらかで口当たりがよいのが特徴ですが長く冷やされると硬くなります。もし、ゼリー食の患者様の食事介助の時“ゼリーが硬いな”と感じたら、①常温で少し置いておく②温冷配膳車の温に少しの間入れる など少し温める工夫をして頂けると、少し柔らかくなりますよ。

これが協立温泉病院のゼリー食です！

朝食	昼食	夕食
☆全粥ゼリー (うめびしお付き) ☆味噌汁ゼリー ☆濃厚流動ゼリー (CZ-20)	☆全粥ゼリー (調味料付き) ☆おかずゼリー ☆濃厚流動ゼリー (MA-8) ☆チーズデザート (プレーン 祝祭日 or イチゴ 奇祭日)	☆全粥ゼリー (のり佃煮付き) ☆おかずゼリー ☆濃厚流動ゼリー (MA-8) ☆ヨーグルト



当院のゼリー食は全粥を元にした全粥ゼリー、半消化態流動食を元にした濃厚流動ゼリーを中心とし、朝食には味噌汁ゼリー、昼食にはデザートゼリー、夕食にはヨーグルトなどそれぞれの時間帯に食べやすい内容で提供しています。(メニューの字色と写真の丸色は対応している)

おかずゼリーは

- ・トウフィールゼリー（醤油かけ）
- ・筑前煮ゼリー
- ・野菜のクリーム煮ゼリー
- ・肉じゃがゼリー
- ・ビーフカレーゼリー

の5種類のサイクルとなっています。当院で作成したおかずを使用しているのではなく、販売されているミキサー加工食品を利用してゼラチンで固めています。

