

誰でもできる！誤嚥を防ぐ食事介助

安全な食事介助の基本について



2011. 1130
NSTリンクナース



摂食・嚥下障害とは

- 先行期・準備期・口腔期・咽頭期・食道期のいずれかに一つ以上の機能的障害をきたすことをいう。

誤嚥とは？

- 誤嚥：食べ物が声帯を超えて気管に流入すること
- 誤飲：食物以外（食べてはいけないもの）を飲み込んでしまうこと



安全な食事援助のポイント

1. 姿勢

2. 介助方法



1. 姿勢

1) 安定した座位

2) リクライニング姿勢



安定した座位



- 足底が床につく
- 骨盤が曲がっていない
- 体幹がまっすぐ



リクライニング姿勢

- ・枕は高く、軽くうなずいた姿勢
- ・絶食からの食べ始めは30度から始める
90度でむせる・口からこぼれる→60度へ
- ・咀嚼するものは45度以上が安全



(30度)



(45度) 30回転



(60度) 45回転



逆流予防

— 食後は真横にしない —

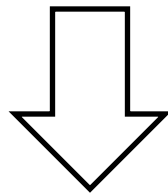
＜胃食道からの逆流を予防する＞

- 食後最低30分は臥床禁止
- 逆流の危険性がある人
(酸っぱいものがこみ上げてくる、
嘔吐しやすいなど)は、2時間臥床禁止



一口量

飲みきれなかった食塊は
誤嚥しやすい



1回の嚥下で飲み込める量

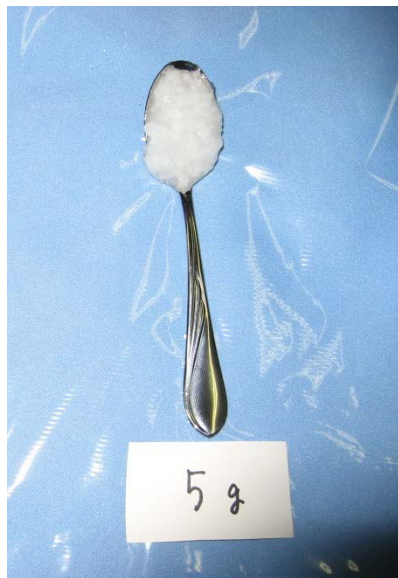


一口量のコントロール

- ・対象者の適切な一口量の検討
- ・小さくて浅いスプーンの使用



食事介助のとき、 どのくらい口に入れていきますか？



順序

食べ始めはむせやすい

→水分で潤す

・食事形態の違うものを交互に食べる

滑りの良いもの→残留しやすいもの→

滑りのよいもの

・口腔内に食物が残っていると誤嚥の

原因になるため最後まで水分で潤す

* 普段自然にしていることを意識化する



嚥下しにくい食品

1. 水分(水、お茶、味噌汁、ジュースなど)
2. 酸味の強いもの(酢の物、柑橘類)
3. パサつくもの
(焼き魚、ゆで卵、カステラ、ふかし芋)
4. うまくかめないもの
(かまぼこ、こんにゃく、いか)
5. のどにはりつくもの
(餅、焼きのり、わかめ、葉野菜)
6. 粒の残るもの(ピーナッツ、大豆、ごま)
7. 繊維の強いもの(ごぼう、ふきなど)



演習です！！

これからみなさんで実際にゼリーを
食事介助し合ってみましょう



スプーンの入れ方、抜き方

- ①口唇に直角にスプーンを入れる
- ②舌の中央にスプーンを置く
- ③口唇を閉じてもらい、上唇に沿って
やや斜め上に抜く





ご清聴ありがとうございました

