

埼玉県摂食・嚥下研究会

第11回 講演会

日時：平成22年7月11日(日) 13:00~16:00

場所：彩の国すこやかプラザ2階セミナーホール

テーマ：「摂食・嚥下リハビリテーションの意識改革」
～あなたはどこで貢献しますか?～

講演Ⅰ

演題：「明日から実践できる摂食・嚥下リハビリテーション」

講師：医療法人社団 五星会新横浜リハビリテーション病院
摂食・嚥下障害看護認定看護師

寺見 雅子先生

講演Ⅱ

演題：「明日から実践できる栄養たっぷり嚥下食」

講師：医療法人社団 横浜育明会 介護老人保健施設 都筑シニアセンター
管理栄養士

麻植 有希子先生

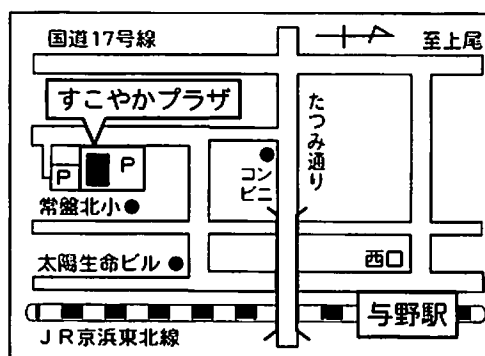
■定員：300名

■参加費：会員/ 無料
非会員/ 2,000円(資料作成代等)

■申込締切日：7月5日(月)

主催：埼玉県摂食・嚥下研究会

問合せ：埼玉県歯科医師会事務局
TEL 048-829-2323



参加申込書 埼玉県摂食・嚥下研究会 (会員・非会員) ※どちらかに○を付けてください

フリガナ		職種	
氏名		電話	
住所 (勤務先)	〒 -	FAX	

申込書 FAX先 048-829-2376

のリスクを軽減させ、経口摂食の導入や食事の幅を広げる際に有用である。一般的にリハ訓練食としてはトロミ食など粘性のある食形態が指導されることが多く、この食形態は嚥下反射の惹起遅延を早した症例に有用である。一方、頭頸部腫瘍術後など嚥下圧の低下が問題となる症例で、むしろ液体のほうが訓練食として適切なこともある。

嚥下姿勢は、ベルトコンベアの形を変えて、できるだけ有用に利用する工夫と言える。

正しい頸部前屈位

頸部前屈位は、嚥下障害の症例に広く指導される嚥下姿勢である。しかしながら、頸部前屈を指導するとあご引き位になっていることが多い。講演では、頸部前屈位での嚥下を実際に体験しながら、この正しい体感することができた。前屈位のポイントは下位頸椎を軸にして頸部を前屈するように指導し、決して頸部や肩に緊張を掛けないこと。頸部をやや突出気味に前屈するように指導すると効果的な姿勢をとれることもある。あごを引き過ぎるとかえって嚥下にくへなる。

ではなぜ頸部前屈がリスクを軽減するのか？ 喉頭流入やそれに続く誤嚥の多くは、咽頭期嚥下の惹起遅延や喉頭閉鎖不全によって生じる。前屈位は、口腔・咽頭腔を食塊停留の空間として有効に活用し、さらに喉頭入口部を狭小化することで喉頭流入のリスクを軽減することを企図した嚥下姿勢である。このため嚥下反射が惹起されるま

で食塊が喉頭蓋谷のレベルに止まり、喉頭閉鎖獲得のタイミングに合うようになれば喉頭流入のリスクの軽減が期待できる。

正しい頸部回旋
実際に水を飲みながら、頸部回旋を行うことによる食塊の流入経路（oral food channel：側方経路）を体感することが示された。頸部を回旋すると反対側の梨状陥凹を経由した食塊の流入が優位になる。このため、片側性の喉頭・咽頭麻痺を早する症例には、lateral food channelを強調した嚥下法として麻痺側への頸部回旋位を試行すると良い。

治療的アプローチ

嚥下機能の改善を企図した様々な訓練法があり、自発的に各嚥下運動の時間的關係や運動量を補強することで、誤嚥を防止する訓練法である。ベルトコンベアを修復するアプローチとも言える。

- ・嚥下関連器官の可動域訓練
- ・構音訓練・発声訓練
- ・Swallow maneuvers
- ・Breath holding法：息を止らせた嚥下法（呼吸路を嚥下路に近づける・呼吸法を調節する嚥下法）
- ・Mendelsohn法
- ・努力嚥下

Shaker法：シャキア法（舌骨上筋群を強化し喉頭挙上に伴う食道入口部開大を企図した訓練法で、仰臥位のまじろを挙げないでつま先を見るように

頭部の平上運動を繰り返すように行う。しかし、嚥下障害を早する症例には実践がたい方法）

- ・食道バルーン法
- ・ネラトン法
- ・アンカー強調嚥下法（舌を硬口蓋に最後までしっかりとつけて飲み込む）

などあり、実際の訓練指導法を、水嚥下をしながら体験することができた。

【本日の内容からのセルフアセスメント】

最後に、まとめとして以下の問いが提示され、教科書だけではわからなかった見識を知ることができた。

- Q1 水は、飲みにくい食形態ですか
- A No。水は飲みやすいが誤嚥しやすいです。
- Q2 なぜ、水はむせやすいのですか
- A 咽頭のベルトコンベアが作動する前に咽頭に流入しやすいため、嚥下反射の惹起が遅れている場合にむせやすくなります。
- Q3 誤嚥する場合は、本当にとろみをつけることが有用ですか
- A トロミをつけることで、咽頭への流入速度が遅くなり、咽頭のベルトコンベアが作動するタイミングとあわせやすくなります。一方、トロミが強くなると咽頭残留を生じやすくなります。
- Q4 トロミは誤嚥予防に有用な食形態ですか
- A トロミは誤嚥予防に有用な食形態ですが、“トロミ神話”に陥ることなく、病態に応じた食形態の選択が必要で

す。

Q4 頸部前屈にはあごを胸に向かって引くように指導する

△ 頸部前屈は、下位頸椎を意識して首を前屈する嚥下姿勢です。あごを引くようにするとかえって飲み難くなります。

Q5 右の咽頭や喉頭麻痺では（右・左）側への頸部回旋を指導する

△ 右側に頸部を回旋します。麻痺側に頸部を回旋することで、食塊の移送経路を健側に誘導する狙いがあります。

Q6 嚥下後には、息を（吐く・吸う）ように呼吸パターンを指導する

△ 息を吐くことで喉頭に流入した食塊を嚥下します

Q7 咽頭に食物が流入しても嚥下反射が生じないのは大問題

△ 披裂喉頭蓋ヒタを境界として、喉頭蓋谷から梨状陥凹に至る空間（側方経路：lateral food channel）が、二次元の空間として咽頭と喉頭を分離しています。プロセスモデルでは、食塊の一部は口腔から咽頭に流入しても誤嚥しませんが、披裂喉頭蓋ヒタを超えて喉頭内に流入すると嚥下反射の惹起遅延と判断する。

出身大学が防衛医大という事で、迫力ある護衛艦のスライドを何枚か見せて頂きました。元防衛医官という堅いイメージではなく、温和でジョークの利いた分かりやすい講演でした。

△ 頸部前屈は、下位頸椎を意識して首を前屈する嚥下姿勢です。あごを引くようにするとかえって飲み難くなります。

Q5 右の咽頭や喉頭麻痺では（右・左）側への頸部回旋を指導する

△ 右側に頸部を回旋します。麻痺側に頸部を回旋することで、食塊の移送経路を健側に誘導する狙いがあります。

Q6 嚥下後には、息を（吐く・吸う）ように呼吸パターンを指導する

△ 息を吐くことで喉頭に流入した食塊を嚥下します

Q7 咽頭に食物が流入しても嚥下反射が生じないのは大問題

△ 披裂喉頭蓋ヒタを境界として、喉頭蓋谷から梨状陥凹に至る空間（側方経路：lateral food channel）が、二次元の空間として咽頭と喉頭を分離しています。プロセスモデルでは、食塊の一部は口腔から咽頭に流入しても誤嚥しませんが、披裂喉頭蓋ヒタを超えて喉頭内に流入すると嚥下反射の惹起遅延と判断する。

埼玉県摂食・嚥下研究会会員数 265名・35団体 (2009.7現在) ホームページ <http://www.ssek.net/>

世界約50カ国で愛用されているEBMに基づいた口腔ケア

口腔乾燥・・・biotène バイオティーン

+ だ液にも含まれる天然酵素
ラクトペルオキシダーゼ
グルコースオキシダーゼ
リゾチーム

+ ラクトフェリン
+ 保湿・潤滑成分
+ キシリトール

21世紀の健康のキーワードは・・・**唾液！！**

TEL: 03-5640-0233 FAX: 03-5640-0232
URL: www.biotene-tk.co.jp E-Mail: info@biotene-tk.co.jp