

# 嚥下通信 vol.8

## ～咀嚼と、嚥下と、ときどき誤嚥～

「嚥下障害シリーズ」～嚥下評価・訓練の流れ～

### ●嚥下（飲み込み）評価

#### I. 問診

医師や言語聴覚士（ST）が、日々の食事の様子や会話をしている声、



全身状態、以前の病歴等の情報収集を行い、検査や訓練の参考にします。

例：むせが増えたか？喉に残るか？体重が急激に減っていないか？ 等

#### II. スクリーニング検査

問診を元に、顔や喉、口の動きを簡単に検査します。

1. 反復唾液嚥下テスト (RSST)  
30秒間に3回以上つばを飲み込めるか確認
2. 改訂水飲みテスト (MWST)  
水を少量飲み、むせや呼吸変化、喉に残る程度を確認
3. 頸部聴診  
喉に聴診器をあて、残留音があるか・呼吸の音を確認  
例) 喉がごろごろする、呼吸の音が聞こえなくなった等



### 結果

問診・スクリーニング検査の結果：異常なし

食事・自主訓練指導

問診・スクリーニング検査の結果：異常あり

機器を用いた検査

#### III. 機器を用いた検査

##### 1. 嚥下造影検査

造影剤や造影剤を含む食物を飲み込んでもらい、食物の動きや嚥下関連器官の状態と運動をレントゲン上で確認



##### 2. 嚥下内視鏡検査

鼻からカメラを入れて、唾液や食物の垂れ込み、飲み込んだ後の残留等を確認



# ●言語聴覚士(ST)が行う嚥下訓練

評価結果から、個々の病態と症状に合わせた訓練プログラムを決定します。

訓練は大きく分けて2つに分けられます。今回、訓練の一部をご紹介します。

## 1. 間接的嚥下訓練 …実際の食物を用いず(食べず)に行う訓練

①頭部挙上訓練 (シャキア法) …飲み込む時に使う筋肉を強くします!



枕を外して、仰向けになった状態で…

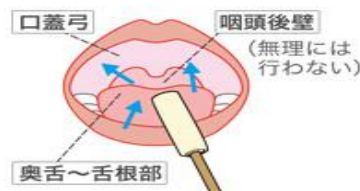


頭を上げてつま先をみる(肩をあげないように!)

※このままの状態でも秒続けられますか!?

②アイスマッサージ…食べる前の準備をします!

冷たいスプーンなどで口の中に刺激をあたえ、  
飲み込みを誘発します!



## 2. 直接的嚥下訓練 …実際に食物を用いて(食べて)行う訓練

①基礎訓練…食物を安全に食べることで実際に使う筋肉を動かします!

評価を基に、安全な姿勢・食形態を選択する

まずはゼリー等、均質性を持つものから始め、段階的にあげていく

②代償的手段…安全に食べるための方法を見つけ、実践します!

麻痺などによって、飲み込みに左右差が出る場合があり、  
首を横向きにすることで飲み込みやすくなる場合などがある

例：左麻痺の場合…



飲みこむ時に左側を向くと、のどの右側が拡がり、食物が右を通りやすくなります

飲み込みの評価やリハビリはSTが中心となって実施しますが、  
安心・安全に食べられるための食事形態や姿勢・環境調整等は医師、看護師、  
介護士、理学療法士、作業療法士、管理栄養士など、さまざまな職種との連携が不可欠になります。何か気になる点がありましたら、ぜひご相談下さい!



次回「嚥下障害シリーズ」～摂食嚥下動作を最大限に発揮する姿勢調整～  
発行 摂食嚥下研究会(銅子・西山・北川)