嚥下通信

Vol.35

嶋田病院 摂食嚥下研究会

テーマ

嚥下調整食のレシピ

嚥下調整食ってどんな食事？

摂食嚥下機能の低下した方に提供する食事は、飲み込みやすく調整する必要があります。嚥下機能のレベルに合わせて、やわらかさや大きさ、とろみを調整した食事のことを「嚥下調整食」といいます。

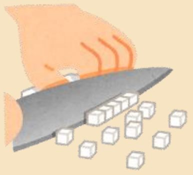
「嚥下調整食」には、ミキサーにかけた食事や、細かく刻んだ食事、一口サイズに切った食事などがあり、患者様の嚥下機能に合わせて食事を提供します。正しい食事を続けることは、誤嚥性肺炎や窒息を予防するために必要です。ご自宅で続ける場合は、管理栄養士から調理方法についての指導を行っています。

自宅で調理する時の工夫

飲料にはとろみ剤

食事には片栗粉

液体にはとろみをつける
ゼリーやあんかけにして
飲み込みやすくする



線維を断つように切る

圧力鍋で煮込む

硬いものは除いて調理

硬いものは除く・刻む
潰す・柔らかく調理する

ポタージュや卵豆腐

プリン・ヨーグルト・羊羹

そのまま食べられる食材
や調理方法を選択する

嚥下機能に合わせて
市販品を選びましょう

食べやすさに配慮した
市販品を利用する

調理器具や市販品を利用することで調理の負担を減らしましょう

嚥下調整食について紹介しました。食事は栄養補給であると同時に、生活する上での楽しみでもあります。退院後の食事や、ご自宅での食事に不安がある場合は管理栄養士に相談ください。

管理栄養士　縄手

掲示許可シール
貼付スペース