

2019年度 第1回 看護・介護部会研修会レポート

記載者：介護老人保健施設アークス 介護福祉士 永下 泰士

<日時> 2019年7月8日(月) 13:30~16:30

<会場> 山口県セミナーパーク

<テーマ> 高齢者の誤嚥リスクと経口摂取への対策

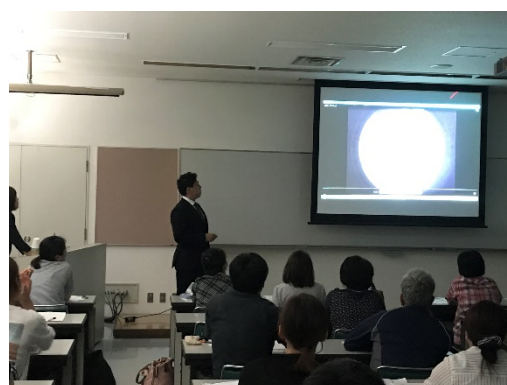
<内容>

13:30~16:30 高齢者の誤嚥リスクと経口摂取への対策

講師：菅原 崇広（老人保健施設 あいあい山口 言語聴覚士）

近藤真奈美（老人保健施設 あいあい山口 管理栄養士）

高齢者にとって「食べること」は楽しみや生きがいの上から重要であり、施設に入所している高齢者の楽しいことの第1位は食事である。しかし、加齢・病気に伴い、嚥む力や飲み込む力の衰えや、内臓機能の低下から、摂食・嚥下障害や低栄養、消化不良などが起こる可能性が高まる。一歩間違えば、生命の危険にも繋がる。楽しい食事を提供するには、摂食嚥下障害の理解が必要である。摂食嚥下障害の原因・対応を学び、誤嚥リスク



では不顕性の誤嚥性肺炎【むせのない誤嚥】に注意が必要とのこと。予防には食事形態の工夫、睡眠剤減量、薬剤数減少、食後の口腔ケア、食後40分以上のギャジアップが必要。嚥下メカニズムでは、「認知期」「準備期」「口腔期」「咽頭期」「食道期」の胃に送るまでの5つの段階を動画を観ながら学んだ。義歯が入っていないと舌が肥大し、咀嚼能力・発音機能を低下させるとのことであった。

後半は管理栄養士による「摂食嚥下障害における食形態の確認、注意点について」講義を受けた。嚥下しやすい食物の条件①適度な粘度があり、食塊形成しやすい②口腔や咽頭を形成しながら滑らかに通過する③べたつかず喉ごしが良い④密度が均一である。条件を満たし適した食形態を提供することが大切である。きざみ食は食塊形成がしにくい方には誤嚥につながる危険がある。お茶ゼリーは口の中でサラサラな水分になり(20~30℃で溶ける)



誤嚥につながる。ゼラチン以外のゼリーやとろみ茶の方が適してる場合もあるとのこと。最後にとろみ茶の試飲を行い。「昔よりは味も喉ごしも良くなった」との意見がみられた。食べる事を楽しみとするには、摂取・嚥下における問題を早期発見し、他職種協働でそれぞれの視点から意見を出し合い、食事支援をすることが大事であると考えます。