

🍏 摂食嚥下障害の症状



ムセができなくなるのは、嚥下障害の重要な兆候です。



〈食べ物に喉に残る感じがする〉
のどに食物が残ると、誤嚥する可能性があります。



〈食後に声が変わる〉
食べ物や水分がのどに残っているとガラガラした様な声になります。



〈食事時間が長くなる〉
固い物、パサパサしたもの等、噛みにくいものや、飲み込みにくいものがあると時間がかかることがあります。



〈体重が減る〉
食べる時間が長くなり、食事自体が面倒になり、食事量が減り、さらに体重も減ることがあります。



〈発熱がつづく〉
発熱から誤嚥性肺炎が見つかることもあります。



言語聴覚士にご相談ください♪

摂食嚥下障害が疑われる場合は、悩まずに、かかりつけ医や近くの病院にご相談ください。
摂食嚥下障害の症状は1人1人違います。
個別のアドバイスや必要な検査、リハビリテーションを受けることができます。

右下のQRコードから、青森県言語聴覚士会のホームページがご覧になれます。
「ST所属施設」の項目から、「小児」「成人」「疾患別」に、対応可能なSTが所属する施設の検索が可能です。
また、直接ご相談がございましたら、ホームページ内の「お問い合わせ」フォームへ、ご連絡下さい。



st-aomori.org
st-aomori.org
st-aomori.org
st-aomori.org



言語聴覚士にお任せ下さい。



【青森県言語聴覚士会 事務局】
〒030-0913
青森県青森市東造道2-1-1
青森県立中央病院リハビリテーション科内
事務局宛

TEL : 017-726-8188
FAX : 017-726-8325

せっしょくえんげしょうがい 摂食嚥下障害



一般社団法人 青森県言語聴覚士会

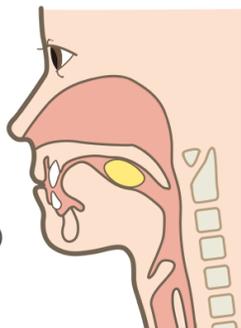
🍏 摂食嚥下障害とは？

摂食嚥下とは、『食物を認識して、口に運び、噛んで飲み込み、胃まで運ぶ』一連の流れの事をいいます。

そのため、“摂食嚥下障害”とは、これらの一連の流れのどこか一部でも、上手くできなくなった状態のことをいいます。

【摂食嚥下障害の原因になる主な障害】

- 加齢に伴う筋力低下（サルコペニア）
- 脳卒中
- パーキンソン病・パーキンソン症候群
- 認知症
- 口腔がん
- 多発性硬化症
- 頭頸部外傷
- 生まれつき（先天性）



🍏 誤嚥性肺炎とは？

摂食嚥下障害になることで、肺炎（誤嚥性）の危険性が増加します。

食べ物がうまくのみこめない



誤って気管に入る（誤嚥）



気管から食べ物が出せず肺に入る

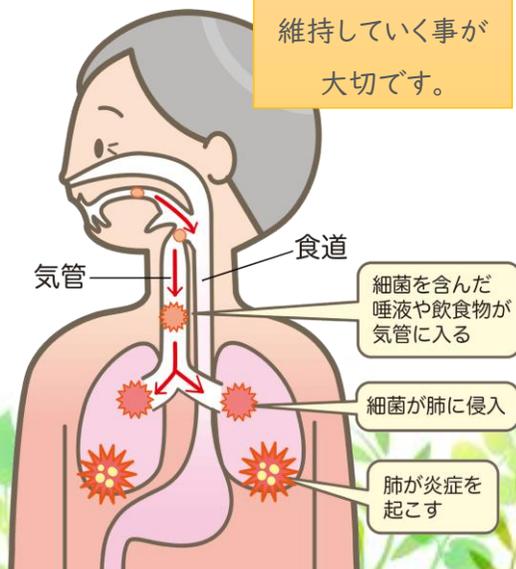


肺で炎症が起きる



誤嚥性肺炎

飲み込む力や
咳の力が弱く
ならないように
維持していく事が
大切です。



🍏 リハビリテーション

リハビリテーションは症状によって異なるためここでは、肺炎予防と飲み込みの力を維持する方法を3つ紹介します。



就寝前は歯磨きや、うがいをしましょう。
高齢になると寝ている間に汚れが唾液とともに誤嚥（不顕性誤嚥）し、肺炎を発症することがあります。



食べ物は使わず、舌を出したまま唾液を飲みます。舌とノド（咽頭）を鍛えます。

*食べ物や飲み物を飲む時は禁止です。



アゴを引き、親指でアゴを押し返して、前側の首にある嚥下筋を鍛えます。

*首に痛みがある場合は無理せず行ってください。
*血圧など体調を確認しながら行って下さい。