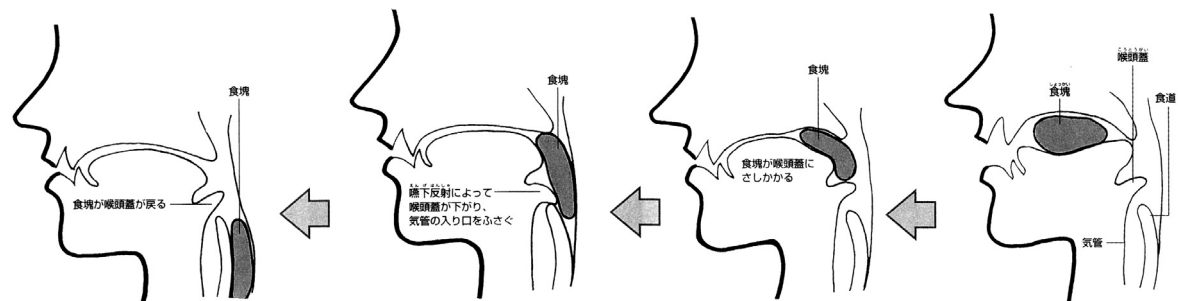


神戸町社協居宅介護支援事業所だより



●摂食・嚥下のしくみ

④食道期
食物が食道の中に入ると、蠕動運動によって胃に送り込まれる。気管の入り口をふさいでいた喉頭蓋が元に戻る。

③咽頭期
食物が嚥下反射誘発部位に送り込まれてくると、喉頭が上方へ挙上し、喉頭蓋が下がり食堂の前面にある気管の入り口をふさぐ。食物は食道へと進むが、このとき嚥下反射がうまく作用しないと気管に入る誤嚥を起こす。

②口腔期
舌が前から後ろに向かって順次上あご(硬口蓋)に押しあてていき、食物を奥へと送り込む。

①準備期
口に取り込んだ食物をそしゃくして唾液と混ぜ合わせ食塊にする。

…… 高齢者に多い摂食・嚥下障害 ……

高齢者に多い

嚥下障害

老化、脳梗塞、認知症などによって食べ物の飲み込みが上手にできなくなることがあります。「嚥下(飲み込み)障害」といわれる障害で、そのまま気が付かずにいると、次のような事態を引き起こし、大変危険です。

①窒息

食べたものがのどに詰まる危険があります。

②誤嚥性肺炎

食物が気管に入り(誤嚥)細菌を増やして肺炎を起こす危険があります。



摂食・嚥下の仕組み

では、嚥下障害の前に、「食べる」という行為はどのようなメカニズムになっているのでしょうか？

固形物を食べる場合、食物を口の中でかみ砕き唾液によって湿り気を与え、食塊(飲み込みやすいかたまり)にして(上の図①)、のどの奥へと送ります(上の図②)。すると無意識のうちには働く嚥下反射(飲み込みの運動)によって、喉頭(のどぼとけあたり)が上前方へ上がります。その運動によって喉頭蓋が下がり、食道の前面にある気管の入り口をふさぎ、食物を食道へと進ませます(上の図③)。さらに、食道の蠕動運動(送り込み運動)と重力によって、胃へと送ります(上の図④)。

「食べる」行為はこのような複雑な運動の組み合わせによって成り立っていますから、何らかの原因によって飲み込みの運動がうまく働かないと、食物が食道に入ってしまう危険性があります。

摂食・嚥下障害は

一口をチェック

摂食・嚥下障害は早めに発見することが重要です。お年寄りに尋ね、以下のポイントをチェックしましょう。

①	食事や薬が飲み込みにくいことがある
②	食事のときむせたり咳が出たりすることがある
③	入れ歯があわない。歯がない
④	唾液がこぼれる
⑤	口がかわく
⑥	痰がからんだ感じがする
⑦	飲み込んだあと、声が変わったり、ごろごろする声になる
⑧	胸焼けがしたり、すっぱい液が飲み上げてくる
⑨	食欲がない
⑩	体重が減った。やせた

●嚥下障害のチェック表

