



リハビリ便り

えんげ

# 第4回 嚥下障害のリハビリテーションの紹介

● リハビリテーションセンター言語聴覚士 池田 雄輝

今回は<sup>えんげ</sup>嚥下障害のリハビリについて紹介します。まず嚥下とは、水や食べ物を「飲み込む」ことです。その「飲み込む」運動が脳卒中や手術などで障害されたり、加齢に伴い機能が衰えて上手に飲み込めなくなることを「嚥下障害」といいます。嚥下障害になると、水や食べ物が肺に入ってしまうことがあり、これを誤嚥<sup>ごえん</sup>といいます。誤嚥をすると「むせる、せく、のどにひっかかる」といった症状が増えたり、肺炎などの呼吸器の病気になったりします。ひどい場合だと食べ物がのどに詰まって窒息したり、むせなくても咳をする力が弱くなると知らない間に誤嚥していることもあります。ひとことで嚥下障害といっても程度はさまざま、少し注意が必要な状態から、口からは食べることが難しい状態まで幅広くあるため、まずは自分や家族の嚥下の状態を知ることが大事だと思います。

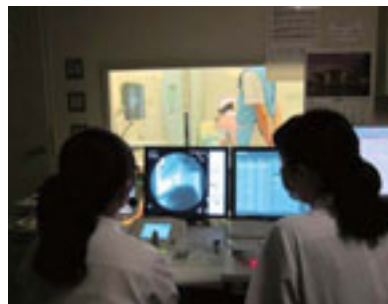
このような嚥下障害の患者さんに対して、私たち言語聴覚士は評価や指導、または嚥下のリハビリを行っています。軽度の嚥下障害の患者さんには食事形態の調整や食べ方・飲み方の指導を、重度の患者さんにはまず口から食べることができるかを嚥下造影（VF検査）という嚥下機能を正確に評価できる検査で評価しています。さらに重度になると自分の唾や痰、口の中の細菌も誤嚥してしまうため、口の中を清潔にしたり、寝たきりの患者さんはしっかり体を起こし、口や舌の運動を行い、誤嚥や肺炎の予防を行っています。



嚥下機能に応じて食形態や姿勢などを調整しています。嚥下機能が低下している方の場合は首や体の角度を調整し、体はリクライニングの状態にして首はしっかりと起こして食べることで、むせるのが軽減することもあります。



嚥下造影検査（VF検査）では、写真のような食べ物にバリウムを混ぜて透視下で撮影することで、食べ物が口に入った後、のどを通して食道に流れるまでの状態を正確に評価できます。



嚥下造影検査は私たち言語聴覚士以外にも医師や看護師、放射線技師など他職種で患者さんの嚥下機能の評価や、今後の食事についての検討を行っています。