



No.38

編集／阿部 あつ子 遠藤 佳子
 澤田 雪絵 林 洋毅
 布田 美貴子 前嶋 隆弘
 山木 聡史
 発行／東北大学病院NST広報係
 TEL.7120 FAX.7147

NUTRITION SUPPORT TEAM NUTRITION SUPPORT TEAM NUTRITION SUPPORT TEAM

簡便に行うことができる「嚥下スクリーニング検査」をご紹介します!!

こんにちは。リハビリテーション部言語聴覚士(ST:Speech-Language-Hearing-Therapist)の遠藤です。

患者様が、治療や体調不良などのため長期に絶食となっていた後に食事を再開するときには、再開して良いものか、食べられるだろうかと心配なものです。

今回は、患者さんに食事を開始できるかどうかを簡単に調べるための「嚥下スクリーニング検査」を2つご紹介します。

反復唾液のみテスト

患者様の口腔内を湿らせた後に、「できるだけ何回もゴックンと唾を飲むことを繰り返してください」と説明し、空嚥下(唾のみ)を30秒間繰り返す。30秒間に3回以上で合格。

患者様の喉頭隆起(喉仏)に指を当てて、「ゴックン」の際に喉頭が指よりも上まで挙上するかを確認することが大切(図1)。



図1

改訂版水飲みテスト

冷水3mlを患者様の口腔底(舌の下)に注ぎ入れ、飲み込むように説明する(図2)。

- 1点:嚥下なし、むせる、または呼吸切迫
 - 2点:嚥下あり、呼吸切迫(不顕性誤嚥の疑い)
 - 3点:嚥下あり、呼吸良好、むせる、または湿性嚙声
 - 4点:嚥下あり、呼吸良好、むせない
 - 5点:4に加え、反復嚥下が30秒以内に2回可能
- 4点以上で合格。



図2

どちらも、簡便に行うことの出来るスクリーニング検査です。是非ご活用ください。なお、加齢、活動量の低下、外科的治療や肺炎などによる侵襲、低栄養などによる筋肉量の減少と筋力の低下は「サルコペニア」と呼ばれています。サルコペニアを呈する患者様は摂食・嚥下機能に関連する筋肉量や筋力も減少、低下している場合が多く、このことが摂食・嚥下障害を引き起こしている可能性もあります。この場合は、十分な栄養をとりながら、摂食・嚥下機能に関連する筋の筋力運動を行うことが必要となります。口から栄養を摂取するための摂食・嚥下訓練ですが、その訓練の前に、栄養を十分に摂取する必要があることは、心にとどめておかなばなりません。



(文責:リハビリテーション部言語聴覚士 遠藤佳子)

★適したとろみをつくれていますか？

日本摂食・嚥下リハビリテーション学会では、嚥下障害者のためのとろみ付き液体を、3段階に分けています。

	段階1 薄いとろみ	段階2 中間のとろみ	段階3 濃いとろみ
英語表記	Mildly thick	Moderately thick	Extremely thick
性状の説明(飲んだとき)	「drink」という表現が適切なとろみの程度 口に入れると口腔内に広がる液体の種類・味や温度によっては、とろみが付いていることがあまり気にならない場合もある 飲み込む際に大きな力を要しないストローで容易に吸うことができる	明らかにとろみがあることを感じかつ「drink」という表現が適切なとろみの程度 口腔内での動態はゆっくりですがすぐには広がらない 舌の上でまとめやすい ストローで吸うのは抵抗がある	明らかにとろみが付いていて、まとまりがよい 送り込むのに力が必要 スプーンで「eat」という表現が適切なとろみの程度 ストローで吸うことは困難
性状の説明(見たとき)	スプーンを傾けるとすつと流れ落ちる フォークの歯の間から素早く流れ落ちる カップを傾け、流れ出た後には、うっすらと跡が残る程度の付着	スプーンを傾けるととろとろと流れる フォークの歯の間からゆっくりと流れ落ちる カップを傾けて流れ出た後には全体にコーティングしたように付着	スプーンを傾けても、形状がある程度保たれ、流れにくい フォークの歯の間から流れでない カップを傾けても流れ出ない(ゆっくり塊まりとなって落ちる)
粘性値(mPa・s)	50~150	150~300	300~500
LST値(mm)	36~43	32~36	30~32
水100ml(トロマイク®(図3)でとろみをつける場合)	0.5~1.2g	1.2~2.0g	2.0~3.1g



図3
 当院で採用している
 とろみ調整食品:
 トロマイクSP®
 (2.5g/P)



とろみ調整食品は、とろみが付くまでに数十秒を要する場合が多いので、混ぜながらとろみの加減を見るのではなく、所定の量を、よくとけるように十分混ぜながら加え、時間がたってから、とろみの程度を評価して、適正つか同化の判断をする必要があります。

日本摂食嚥下リハビリテーション学会分類2013(とろみ)早見表より

【文責】
 栄養管理室
 布田美貴子