脳神経内科医に聞く

脳神経内科部長　久保（くぼ） 雅寛（まさひろ）

摂食・嚥下（えんげ）のお話

ヒトの顔やのどは、呼吸をする、物を食べる、表情をつくる、言葉を話すなど、いくつもの機能を行うために、複雑な構造と働きをしています。食べ物や飲み物を口から胃に送り込む際にも、のどの奥（咽頭部）で、空気の通り道と交叉をして奥にある食道に送り込まなければなりません。

ふだん、何気なく飲んだり食べたりしていますが、無意識のうちに複雑な動きをしています。

老化や病気やその後遺症などによって、「食物を見つける→口へ入れる→噛み砕く→飲み込む→胃まで送り込む」摂食嚥下の一連の働きのどこかに不具合を生じ、飲んだり食べたりすることが困難になる状態を「摂食嚥下障害」といいます。

嚥下に関する器官そのものに障害を生じる器質的病態の原因としては、口腔や咽頭部の腫瘍やその術後、炎症などがあります。器官を動かす神経や筋肉などの異常による機能的病態の原因としてはパーキンソン病や脳血管障害などがあります。また、老化によっても嚥下機能は低下します。

食事中や食後にむせや咳が増えたり、食事時間が長くなったりするなど、摂食嚥下障害が疑われたときは、早めにケアの担当者や医療スタッフに相談してみてください。

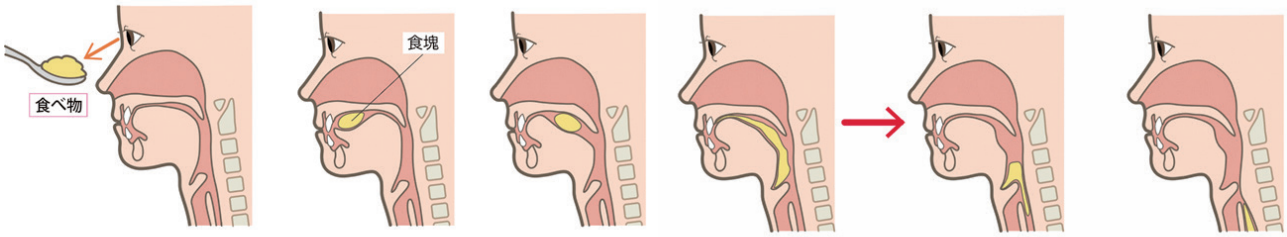
障害に応じて、食形態や食事の仕方を工夫したりする対応が必要となります。また、食事の際の環境や姿勢にも配慮が必要です。口腔内を清潔に保つことも重要です。

誤嚥性の肺炎を繰り返す場合は、医療機関で精査を必要とする場合があります。

嚥下障害が強く、誤嚥や窒息のリスクが高いときには、経口摂取にこだわり過ぎないことも大事な選択になります。

食事をとることを楽しく、安全に過ごしていただきたいと考えています。

＜摂食嚥下の５期（５段階）＞



1．先行期（認知期）
食物を見つける。

2．準備期（咀嚼期）
食物を口に入れ、噛み砕く。

3．口腔期
食物を舌で喉へ送り込む。

4．咽頭期
食物を喉から食道へ送り込む。

5．食道期
食物を胃まで送り込む。

発　行：独立行政法人労働者健康安全機構　富山ろうさい病院　地域医療連携室
富山ろうさい病院だよりは、当院ホームページ（URL https://www.toyamah.johas.go.jp/dayori/）にも掲載しています。
【お問い合わせ先】TEL(0765)-22-1280（病院代表）
E-mail chiiki2@toyamah.johas.go.jp
☜バックナンバーはこちらのQRコードからも確認できます。