

# 脳神経内科医に聞く

脳神経内科部長 **くほ まさひろ**  
**久保 雅寛**



## 摂食・嚥下のお話 えんげ



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。

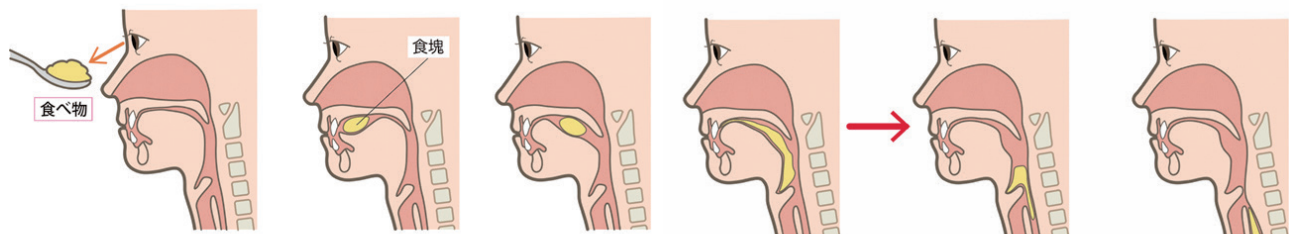
障害に応じて、食形態や食事の仕方を工夫したりする対応が必要となります。また、食事の際の環境や姿勢にも配慮が必要です。口腔内を清潔に保つことも重要です。

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](mailto: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。

## 食形態の地域連携 ～栄養情報提供について～

栄養管理室長 管理栄養士

はしもと きょうこ  
橋本 今日子

食べたり飲み込んだりすることがうまく行えなくなることを摂食・嚥下障害といいます。病気や老化が原因で起きるため、高齢期になると嚥下機能が低下する方が増えてきます。摂食・嚥下障害になると、食べ物の形態を調整しないと上手に食べられないことがあります。

### 摂食・嚥下障害のリスク

- 低栄養（やせ）、脱水：今まで食べていたものが上手く食べられず、栄養や水分が不足しやすくなります。
- むせ、飲み込み不良：食べる楽しみが喪失しやすくなります。
- 誤嚥：食べた物が誤って器官に入り、窒息や肺炎を招きます。



そして、高齢期においては、生活の場は自宅だけではなく、病院での長期の療養や、施設への入所、通所のサービスなど、様々な場所で食事をすることが起こりえます。食事の場所が変わっても、食べ物の形態が適切に調整できるよう、2013年に食事の形態やとろみの強さの統一基準が「日本摂食嚥下リハビリテーション学会」から発表されました。当院では2019年から、入院中の食事をこの統一基準に合わせた形態になるようにしています。

入院された患者さんに合わせて、医師、看護師、言語聴覚士、管理栄養士らが協力して、適切な食形態で食事提供できるよう日々取り組んでいます。大切なのは、嚥下障害を認める患者さんに入院中に安全な食形態を提供することだけではなく、退院した先の場（在宅、施設、病院など）でも引き続き安全な食形態で食事を継続していただき、上記のリスクを軽減していくことにあります。当院では、月に20件前後ではありますが、退院先の生活の場にかかわる医師、管理栄養士、ケアマネジャー、そしてご本人・ご家族に栄養情報提供書を作成しています。入院中の栄養管理、今後の課題を含め、提供していた食形態も統一基準で表して情報共有をしています。少しでも、退院後の生活のお役に立てれば幸いです。

### 食事の形態分類（学会分類）

分類コード	内容	料理例
1 j	プリン・ゼリー・ムース状	茶わん蒸し（具なし）
2-1	なめらかなミキサー食、ペースト食	かぼちゃのペースト
2-2	やわらかい粒のあるペースト食	やわらかい刺身をたたいたもの
3	形はあるが、舌でつぶせるやわらかさ	スクランブルエッグ
4	形があり、箸で切れるやわらかさ	だし巻き卵、ふろふき大根

富山ろうさい病院では、毎月、魚津市ケーブルテレビ「NICE-TV」による行政番組「まちかど魚津」に、各診療科の医師が出演し、最新の医療情報を提供しています。

放送日程：4月1日～4月15日

放送時間：①午前7時 ②午後1時 ③午後5時 ④午後10時

「4月からの新しい診療体制について」 病院長、副院長



過去の放送はこちらのQRコードからも確認できます。



NICE-TV まちかど魚津

富山労災病院からのお知らせ



【過去の放送はこちらから】

URL <https://www.toyamah.johas.go.jp/movie/index.html/>

## 食事を楽しく美味しく食べられていますか？

6A 病棟 摂食嚥下障害看護認定看護師

くすのき 楠 さやか

摂食嚥下障害看護認定看護師として、加齢や病気で口から食べる事が難しくなった方に嚥下評価を行い、口腔ケアやその方に合った食事形態や姿勢調整、水分にとろみ剤を使用して安全に美味しく食べられるよう支援しています。誤嚥性肺炎予防、窒息、低栄養、脱水などの予防や改善をチームで行い「食べたい」という思いに寄り添い、少しでも長く安全に食べられるよう取り組んでいます。

みなさん、最近水分や食事でむせたり、食べにくくなったなど困った事はありませんか？

全ての患者さんに対して、入院した際、摂食嚥下障害がないか確認しています。これは入院時より早期に誤嚥・窒息のないよう評価し安全に食事の提供を行い、楽しく食べて頂きたいからです。

久保医師の欄にもありますが、病気や加齢で食べる機能が低下してきます。

少しでも維持、低下しないよう、また低下しても安全に食べられるよう食事前後に嚥下体操や口腔ケア等を行う事が大切です。

下に質問用紙を準備しましたのでチェックしてみてください。

困った事がありましたら、「皆さんの相談室（TEL：0765-22-1354）」へお気軽にご相談下さい。



EAT-10 嚥下スクリーニング

番号	質問	問題なし	めったに そう感じ ない	時々そう 感じる	よくそう 感じる	ひどく 問題
1	飲み込みの問題が原因で、体重が減少した	0	1	2	3	4
2	飲み込みの問題が、外食に行くための障害になっている	0	1	2	3	4
3	液体を飲み込む時に、余分な努力が必要だ	0	1	2	3	4
4	固形物を飲み込む時に、余分な努力が必要だ	0	1	2	3	4
5	錠剤を飲み込む時に、余分な努力が必要だ	0	1	2	3	4
6	飲み込む事が苦痛だ	0	1	2	3	4
7	食べる喜びが飲み込みによって影響を受けている	0	1	2	3	4
8	飲み込む時に、食べ物が喉に引っかかる	0	1	2	3	4
9	食べる時に咳が出る	0	1	2	3	4
10	飲み込む事はストレスが多い	0	1	2	3	4
	合計点数 点					
(合計点数が <b>3点以上</b> の場合には、嚥下の効率や安全性に問題があるかもしれません。専門医に相談する事をお勧めします。)						

参考文献：EAT-10の有効性と信頼性については以下の論文で詳細に説明されています。 Belafsky PC, Mouadeb DA, Rees CJ, et al: Validity and reliability of the Eating Assessment Tool (EAT-10). Annals of Otolaryngology, Rhinology & Laryngology 2008;117(12): 919-924 2008;117(12): 919-92

＜健康診断の結果、「精密検査必要」と言われた方の受診予約（電話等）を受け付けています＞  
待ち時間が少なく、スムーズに受診できます。特にお仕事をされている方、多忙な方はどうぞ地域医療連携室（下記）にご連絡ください。

電話 0765-22-1354（平日9：00～16：00）

FAX 0120-935-631

当院では24時間救急患者様の受け入れを行っております。症状を自覚した時は、我慢をせず、速やかな受診をお勧めします。

発熱等の症状のある方は、まずは電話で連絡をお願いします。

電話 0765-22-1280（病院代表）

富山ろうさい病院外来診療のご案内

(専門診療別に表示しています。)

令和4年4月1日現在

変更箇所：青字

受付時間		一部を除き、午前は8時15分～12時。午後は予約の方のみ。(専門外来の診療時間は各科異なります。)						
診療時間		8時30分～12時					専門外来・備考	
2階	内科	専門診療	月	火	水	木	金	『睡眠時無呼吸症候群外来』 水橋 (火)9時30分～11時30分 要予約 『禁煙外来』 休診 『肝臓外来』 村山 (水)13時30分～15時 村石 (金)13時30分～15時 『脳神経内科』 渋谷 (月)13時30分～16時 『血液内科』 丸山 (月)13時30分～17時 和田 (木)13時～17時
		初診	川崎	八木	菓子井	久保	堺	
		糖尿病・内分泌	村上	松越	村上	石木	稲川	
		消化器内科	八木	高取	金/高取	八木	金	
		呼吸器内科	水橋 (感染症)	川崎	水橋 (感染症)	川崎		
		腎臓・高血圧	絹野		波部	絹野		
		脳神経内科	渋谷(PM)	久保	温井		久保	
		腫瘍内科	菓子井				菓子井	
		リウマチ・膠原病		津田			津田	
	血液内科	丸山(PM)			和田(PM)			
循環器内科	福田	桑原	藤井	藤井・片岡	桑原			
人工透析室	絹野/波部	絹野/波部	絹野/波部	絹野/波部	絹野/波部	杉森 (土)月2回 9時30分～13時30分		
1階	外科	初診・内視鏡外科	庄司	経田	角谷	角谷	経田	『乳腺外科』 要予約
		消化器外科	角谷	野島	庄司	経田	庄司	
		乳腺外科	野島	野島	経田	経田	庄司	
	呼吸器外科		嶋田				9時～17時	
	整形外科	初診	山上	峯	山上	山上	峯	3月28日から完全予約紹介制となります。 初診の方は紹介状をお持ちください。 通院中で予約のない方は予約をお取りください。 『脊椎外来』 関 (月)10時～11時30分 『スポーツ整形外科外来』 今田 4月 8日(金)13時～16時 4月22日(金)13時～16時 『関節外来』 平岩 第3金曜日のみ休診
		脊椎	関					
		関節	峯		伊藤		平岩	
		リウマチ		平野		平野		
	形成外科		篠川				初診の方は9時からの診察となります。受付は11時30分まで。	
	脳外科	1診	得田	朴	朴	得田	(大学)	初診は11時まで
2診			得田		朴	得田	『物忘れ外来』 休診 『しびれの外来』 (火)・(水)午前 要予約	
2階	皮膚科	初道						
1階	泌尿器科	初診・尿路感染	新倉/木村	担当医	木村	担当医	石浦/木村	『尿路結石外来』 (月)午前
		癌・腹腔鏡手術	新倉/木村	木村	新倉	新倉	新倉	『排尿障害外来』 (金)午前
		排尿障害	石浦	石浦	石浦	木村	石浦/木村	『尿路結石破碎センター』 (月)～(金)午前
2階	婦人科	初診・再診	中野/山之内	中野	山之内	山之内	中野	『助産師外来』 (木)・(金)13時30分～16時 『母乳外来』 (火)・(木)・(金)13時30分～16時 『妊婦健診』 (金)午後
		婦人科検診	中野/山之内		山之内	山之内	内山	
	眼科	小澤 ※各日状況に応じ早めに終了する場合があります。 予めご了承下さい。					(月)・(金)受付 11時まで (水)午前診療 予約のみ (火)・(木)午後特殊検査 予約のみ	
1階	耳鼻咽喉科		中西		近藤	北川	9時30分～12時	
2階	リハ科	9時～12時	山上	峯	山上	山上	峯	
		8時30分～10時	朴	得田	得田	朴	朴	
1階	麻酔科	森・河田						
2階	メンタルヘルス外来(精神科)					小林	9時～12時 要予約	
	健康診断・人間ドック	長谷部/内山	長谷部/内山	長谷部/内山	長谷部	長谷部	健康診断・ドックは全て要予約	
	脳ドック専門	(木谷)	(木谷)	木谷	(木谷)		『脳ドック専門』 (月)～(木)午前 ※水曜日以外は書面对応	
	アスベスト疾患センター	水橋					12時30分～ 要予約	
1階	核医学PET診断センター	村守						
1階	放射線科	治療		高松			13時30分～ 要予約	
		読影	荒井/松本	荒井	荒井	荒井	荒井	
	がん相談支援センター セカンドオピニオン	角谷					要予約	
◎受診される方へ…各科、初めての方は初診の担当医が診察し、必要に応じ、専門診療の担当医へご紹介いたします。 基本午後は予約診療となります。また、手術や救急対応により、担当医や診療時間の変更となる場合がありますので予めご了承願います。								
◎簡易診察室による「発熱外来」のお知らせ 発熱等の症状で受診される場合、簡易診察室で診療を行います。【時間】平日：9時～16時 【受診方法】電話による予約(0765-22-1280)								
TEL番号		(0765)22-1280 (病院代表) ※アスベスト疾患センター直通は廃止しました。			(0765)22-1354 (地域医療連携室・入退院支援センター直通)		(0765)23-5136 (核医学PET診断センター直通)	
FAX番号		(0765)22-5475 (病院代表)		(0765)22-5859 (医事課専用)		0120-935-631 (地域医療連携室・入退院支援センター)		
～4月の休診～ (眼科) 小澤 14・15日								