

日常生活における支援 (摂食嚥下、口腔ケア)

埼玉医大福祉会 カルガモの家
医療型障害児入所施設
リハビリテーション部



清水充子（言語聴覚士）

今日のお話

- 食べること について
 - 食べる機能とその発達
 - 食べる機能の複雑さと身体機能の影響
- 障害への対応：上手に美味しく食べられるようになるために
 - 食べやすい献立・食べにくいもの
 - 発達を促すために大切なこと
 - かみかみ練習の紹介
- いつも気をつけたいこと
 - 栄養支援と口腔ケア



食

捕食

気づき・認知

あっ
おいしそう！

食べる意識・意欲

食べたい！
もっとちょうだい

感覚・認知

おっ
おいしいぞ！

口腔内処理

咽頭通過

もぐもぐ

嚥下：飲み込み

ゴックン

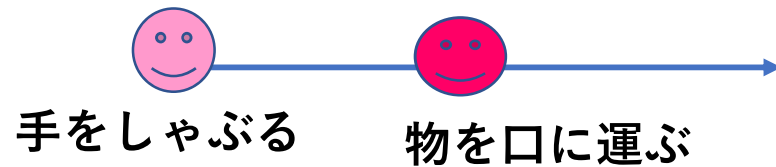
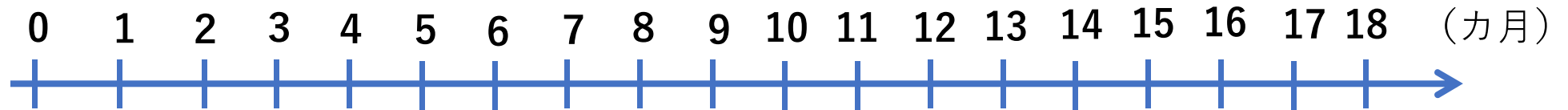
食道の機能

食道蠕動

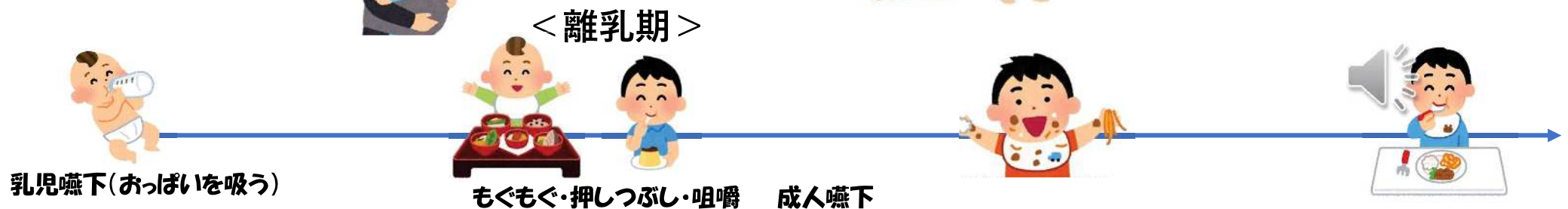
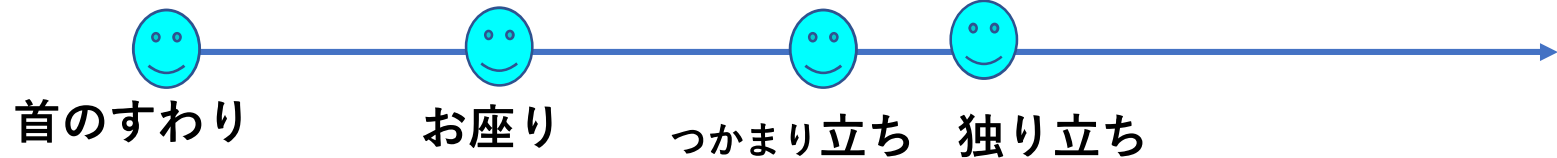
お口の環境（衛生・歯等）整備・姿勢調整・機能に合った食物提供



摂食機能の発達と身体の発達



成人嚥下・捕食



いろいろな機能の発達が大切！

口の機能発達
口を開けて取り込み
→閉じて飲み込む

認知・認識の機能発達
見てわかる
覚える

手の機能発達
指で持ち
口へ運ぶ

のどの機能発達
ごくんと飲み込む力

機能に合った食物を使うこと
噛めるもの
まとめられるもの



食べること……

実はとってもむずかしいこと

まず、食べ物を認識して



食具（道具）を選び……



感覚・味覚・動作・嚥下



手の動作
姿勢の安定……



口に入ったら・・・ 見えません・・・



アッ さっき見た通りの
チャーハンだわっ



味覚：おいしい！ まずい！



好き！ 嫌い！！



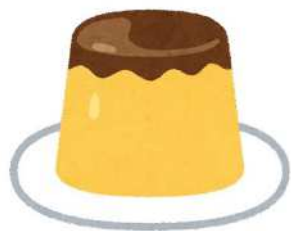
記憶 → 意欲 楽しみ・・・

食えること……

実はとってもむずかしいこと



いろいろな形、硬さ、パサつき……



食えること……

実はとってもむずかしいこと

手指の操作



姿勢の安定

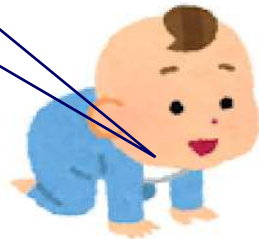


唇や舌の運動、感覚、味覚



発達が多くのお子さんと同じではない(感じのある) お子さんの摂食機能とその発達の例

お口の発達が
ゆっくり・・・
唇が動きにくい
舌が動きにくい

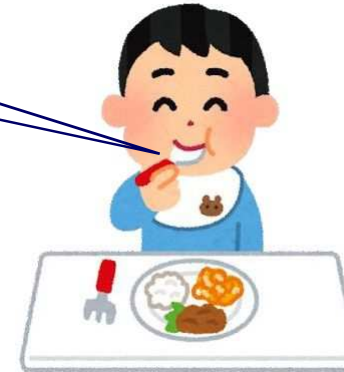


おっぱいは飲めたけれど
もその先に進めない

口が開きにくい
舌が出てきてしまう



モグモグ噛めない
丸のみしてしまう



むせる



姿勢が安定しない
疲れる

上手に美味しく食べられるようになるために・・・

手の機能発達
指で持ち
口へ運ぶ

認知・認識の発達
見てわかる
適切な食べ方を選ぶ
覚える

口の機能発達
口を開けて取り込み
舌が口の中で運び
→ 閉じて飲み込む

のどの機能発達
ごくんと飲み込む力

身体のリハビリ
首の座り
体幹の安定

お口やのどの機能に合った献立
噛めるもの、まとめられるもの



食べやすい献立

柔らかい

粘らない

まとまりやすい

噛みやすい

ツブツブやザラ
ザラがなく均質



ポテトサラダ、かぼちゃのマッシュサラダ
根菜（大根、ニンジン、カブなど）
ゼリー寄せ、ムース、にこごり
あんかけ（中華風、和風）、とろろかけ
卵豆腐、茶碗蒸し
洋なし、軟らかい柿、軟らかいバナナ
ムース、プリン、アイスクリーム



危険・食べにくいもの

- ✓ 硬い
- ✓ ぱさつく
- ✓ 咀嚼しにくい

おから, 油揚げ, ナッツ類, 桜エビ, とうもろこし,
揚げ物(天ぷら, フライ)、りんご

✓ 噛みにくい、口の中でまとめにくい、水分が出る

のり, 煮豆の皮,
皮付きトマト,
生野菜

✓ つるっと滑りやすい(窒息の危険)

こんにゃく, 里芋煮

✓ 異なる性状が混在(まとめにくい, 誤嚥の危険が高い)

がんもどき, 高野豆腐

✓ 粘膜にくっつきやすく粘る

餅類

発達を促すために大事なこと・・・



認知・認識の発達



手の運動発達



お口の運動発達



姿勢の安定



身体の発達



咀嚼運動・かみかみ練習

誤嚥しないように
咀嚼を誘導できるように

ガーゼガムで

粒ガムなど

ガーゼ(一重)

デンタルフロス・ボ
タン付け糸など

利き手でガーゼガムなどを
子どもの口の中、歯列の上に入れて
咀嚼運動を促します



必要な場合は
子どもの首から顎を支えます

かみかみ練習

誤嚥しないように
咀嚼を誘導できるように

果物で



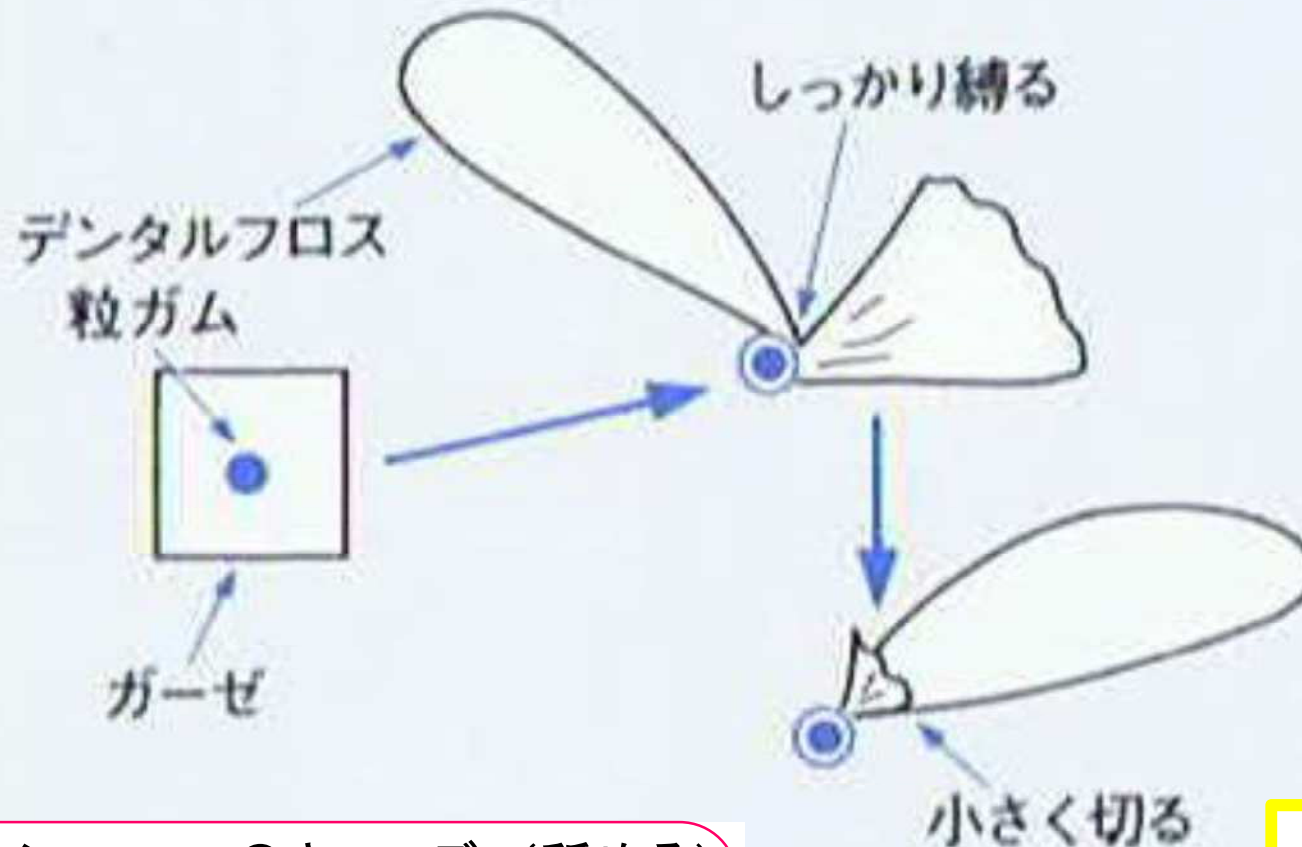
ガーゼで包んだ果物などを
歯列の上に入れて咀嚼運動を促します

必要な場合は子どもの首から顎を支えます

かみかみ練習用ガーゼガムの作り方

材料

- ・ガーゼ
- ・デンタルフロスまたは縫い糸(蠟引き、waxedでないもの)、ボタン付け糸
- ・中身



- マシュマロ
- キャンディ(舐める)
- グミ
- 漬け物, 果物
- 粒ガム
- 板ガム(丸めて使用)
- 風船ガム(弾力あり)

大きさ, 硬さを機能に
合わせる
好みのものを用いる

注意！
良く観察
間違って飲み込まないように

かみかみ練習用の食材例



スティック
スナック



ゆっくり少しずつ咬む
↓
ペースト状

口を使った遊び



吹き戻し



楽器



シャボン玉

ティッシュ吹き、ストロー吹き、風車・・・



いつも氣をつきたいこと…

必要な栄養を十分に摂る
口腔ケアをしっかりと



元気でいられるために

必要な栄養を十分に摂りましょう

- 栄養必要量の推定：個別評価、判断が大事
- 水分バランスの評価：水分摂取量
尿量、体重
皮膚の状態、浮腫
- 微量元素などの栄養バランスのチェック
ビタミン、カルシウム、マグネシウム
鉄、銅、亜鉛、カリウム、セレン、マンガン
カルニチン、食物繊維、長鎖不飽和脂肪酸・・・
- 経管栄養法と経腸栄養剤
方法と栄養剤の選択、必要量の検討



医師、栄養士、薬剤師に報告、相談を

口腔ケア

お口の発育に応じた口腔ケアが大切！



虫歯
歯周病



味覚の低下



かみ合わせ不良
歯並びの変形



摂食機能の
発達が遅れる



全身状態悪化



子どもの生活を支える食ること

