

かしそく新聞

～訪問診療 編～

かつしか心身総合クリニック

「かかりつけ医」として在宅療養をサポート致します。

【知っておきたい/予防したい、誤嚥性肺炎④】

☆駒形悠佳歯科医師 障害者歯科学会認定医 摂食嚥下リハビリテーション学会認定士(法人顧問)

【どう対応するか～続き～】

●姿勢● 姿勢は食事をするにあたり重要な要素の一つです。筋肉が十分な力を発揮できる姿勢は、①顔は正面を向いている、②体幹はまっすぐ、③肘は机の上に乗るくらいの高さ、④足底が床面にしっかりついて安定している、があげられます。車いすでも同様です。まずは食事開始前に姿勢が安定しているか確認して下さい。▽車いすやベッドでも同様です。

①首が上がっていないか→顎が上がっていたら、頭の後ろに枕やタオルを何枚か入れて対応、②足がボードについているか→足がフリーになっている場合は、箱など入れて足底に力が入るように対応

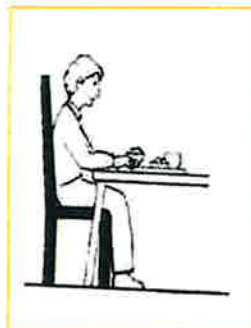
●食べ方● ①一口量:多いと、口の中で食材を動かしづらく、あまり嚥まずに飲んでしまう可能性が高くなります。そして前述のとおり、高齢になるにつれて喉の筋力が低下していくため、喉の絞り込みの力が弱くなります。一口量が多いと喉での処理も難しくなり、誤嚥・窒息のリスクが高くなります。→「声掛け」や「スプーンを小スプーンに変更」すること等で対応します。

②ペース:一口量が適切でも、次々と口に運ぶことで、口や喉で処理しきれない量になっていることは多々あります。→「小分け提供」や「声掛け」、「スプーンを小スプーンに変更」すること等で対応します。

〔次回⑤に続く〕



●姿勢(図)●



～編集後記～スタッフのつぶやき～

☆「ケルセチン配糖体」というのをご存じですか？
「なんとなく聞いたことがある」という人も多いのではないのでしょうか。いろいろ調べたところ、「ケルセチン」は玉ねぎやブロッコリーなどに含まれるポリフェノールの一種で、抗酸化作用や抗炎症作用、脂肪分解を促す作用、コレステロールを下げる作用等があるそうです。それを糖と結合させ、体に吸収しやすくしたものが「ケルセチン配糖体」です。しかし、効果は飲み始めてから約8週間必要とのこと。実は私もお腹が引っ込むか試しており(笑)、いつか結果報告をしたいと思います。

医療法人財団ファミーユ

かつしか心身総合クリニック

〒125-0041 葛飾区東金町 1-41-1 桜井ビル 2階

① ☆外来：心療内科＝永井斐子院長
もの忘れ＝新井田素子医師
内科＝駒形清則医師

② ☆訪問診療

内科＝駒形清則医師、駒形明紀医師
精神科＝米谷充医師
神経内科＝今井壽正医師、西岡健弥医師、平井健医師

※詳しくはホームページをご覧くださいか、お電話にてお問い合わせ下さい。

電話 03-3627-0233