

栄養課だより

管理栄養士 針塚 美恵

『あなたの嚥下どうですか？』

嚥下（えんげ）とは、食べ物を飲み込んで胃に送り込む動作のことです。

- ・ 食事中にむせることが増えた
 - ・ 飲み込むのに苦労する
 - ・ よく咳をするようになった
 - ・ 声がガラガラするようになった
- など思い当たる方は、嚥下（えんげ）が正しくできているか確認してみましょう。



嚥下（えんげ）のメカニズム

- ① 食べ物を食べ物と認識する
- ② 口に食べ物を入れ、歯で噛み砕く
- ③ 唾液と混ぜ合わせながら飲み込みやすい形にまとめる【食塊（しょっかい）】
- ④ 舌を使って喉の方に食べ物を送る
- ⑤ 飲み込み、食道の方へ食べ物を送る

この一連の動作に問題があり、ものが正しく飲み込めない状態を嚥下障害といいます。

こういったことを放っておくと、食事や水分が摂取できないことによる低栄養や脱水、食べ物が食道ではなく、気管に入ってしまう、誤嚥をおこし、肺炎となる誤嚥性肺炎などにつながるおそれがあります。

そこで重要となるのが食べ物の形状です。歯が無かったり、口腔内の筋力が低下して食べ物が噛めない場合や、唾液の減少や舌の筋力低下で食塊をうまく作れない場合は、食べ物の形状を適度な大きさにし、軟らかく調整し、初めから

食塊のようにまとまった食形態にしましょう。

（コロッケ・グラタン・煮込みハンバーグなど）

口腔内の筋力低下や後遺症などにより喉の奥まで送り込めない場合は、食べ物の付着性が少なく、滑りやすいものとした形状にしましょう。（ムース・ゼリー・卵豆腐・絹ごし豆腐・おぼろ豆腐・水ようかんなど）

口腔内の筋力低下や後遺症などにより喉頭蓋の動きが悪く気管に食べ物が入ってしまう（誤嚥）がある場合は、食べ物の移行速度をゆっくりとさせるためにとるみをつけたり、食事が摂りやすい姿勢を見直したりしましょう。

病院だより

● 面会時間変更のお知らせ

6月1日より左記の通り面会時間を変更いたします。

変更前… 10時～20時 ↓ 変更後… 13時～20時

※ 右記時間帯以外での面会をご希望の方は、スタッフまでお声掛けください。



訪問診療・訪問看護
ご相談承ります

吾妻さくら病院では通院が難しい方や、自宅での療養を希望する方に対して、医師・看護師がご自宅に定期的に訪問して診療や健康状態の観察、療養上の相談、指導を行う「訪問診療・訪問看護」を実施しています。

在宅療養でお困りの際はぜひ一度ご相談ください。ご自宅へお伺いしての面談もいたします。

担当：唐澤

診療案内(6月)

診療科		月	火	水	木	金	土
内科 循環器科	午前	中澤※1	中澤	中澤	中澤	於川※2	於川
	午後						休診
外科 胃腸科 (整形・リハビリ科)	午前	大曾根 (群大)	須賀 (群大)	瓜田	中澤 (群大)	笹口※4	(群大)
	午後						休診
認知症外来	午後	休診※3	休診	休診	休診	休診	休診

- ※1 第1月曜日(4日)は内科休診となります。
- ※2 第4金曜日(22日)AM9:45~17:00は非常勤内科医師の診療となります。
- ※3 第3月曜日(18日)午後の診療になります。心療内科は新規受け入れを休止しております。
- ※4 第3金曜日(15日)は休診となります。
- ◆ かかりつけ患者様の急病時はいつでも対応します。
- ◆ 外科休診日でも軽度のケガ等はご相談ください。
- ◆ 6月休日当番医は 10日(外科)・24日(外科)となります。

外来受付時間：午前 8時45分 から 12時00分まで / 午後13時00分 から 17時00分まで

休診日：土曜日午後、および日曜・祝日

- ※ 於川医師の診療は毎週金曜日および毎週土曜日となります。
- ※ 6月より毎週水曜日の外科診療は、瓜田医師が担当されます。
- ※ 診療日変更となる場合もございますので、院内掲示板や受付窓口にて最新情報をご確認ください。

発行：吾妻さくら病院 広報委員会

吾妻郡中之条町伊勢町 782-1
TEL: 0279-75-3011
FAX: 0279-75-3299
URL: <http://www.a-sakurahosp.com/>

