

9月号

KUMASOU

訪問リハビリコラム



作業療法士  
担当：訪問リハビリ  
星野 咲良



## 症状

# “誤嚥性肺炎”

唾液や食物、胃液(嘔吐物など含む)などが気管に入ってしまう事を誤嚥と言います。その食物や唾液などに含まれた細菌が、誤嚥した事により気管から肺に入る事で引き起こされる肺炎を**誤嚥性肺炎**と言います。特に、脳梗塞や加齢に伴う嚥下機能の低下や、免疫機能の低下が見られる方は発症しやすくなっています。

咳、発熱、濃痰等の肺炎の典型的な症状や、何となく元気がない、食欲がない、喉がゴロゴロするなどの非特異的な症状が見受けられる事もあります。



## 予防

### 口腔内の清潔を保つ

- ・ 歯磨きを怠らず、口腔内の清潔を保つ
- ・ 殺菌作用が含まれる、唾液を多く出すようにする
- ⇒ 食事の際によく噛む事、体操やおしゃべりをする事で、口や舌をよく動かす。

### 胃液(嘔吐物など含む)の逆流を防ぐ

- ・ 食後すぐには横にならず身体を少しでも起こす



### 食事に関する一連の機能を維持、改善する

- ・ 飲み込むまでの機能  
食べ物を飲み込みやすくするため、歯(噛む)や舌の力が必要
- ・ 飲み込む(嚥下)機能  
水分や塊となった食物を飲み込む機能の維持、改善
- ⇒ 筋のマッサージ、体操や普段のおしゃべりで口や舌をよく動かす。

### 飲食事の姿勢に気を付ける

- ・ 基本的には、やや前屈みの姿勢が理想。上向きの姿勢では誤嚥しやすい。
- ⇒ 椅子の方は足をしっかりとつき、やや前屈みの姿勢。ベッドの場合90° 起こす事が理想ですが、難しい場合は頭の位置等他の角度を調整する。

訪問リハビリでは下記の事などを行いますので、お気軽にご相談ください

- ・ ご自宅で行える筋肉のマッサージや体操のご指導
- ・ 食事姿勢(椅子、ベッド等環境に即した)のご助言
- ・ 食事介助が必要な場合の解除方法等のご助言
- ・ 患者様に合った自助具、食器の選定やご助言

