

# ワンポイント介護

## 高齢者に危険な「誤嚥」の予防

あたりまえに摂っている食事ですが、老化や脳血管疾患、認知症などによって食べ物がうまく飲み込めなくなることがあります。「嚥下（えんげ）障害」といいます。嚥下障害になると、食べ物や水、唾液が口から食道に行かず、気管に入ってしまう「誤嚥」という事態を招き「誤嚥性肺炎」といった重篤な病気を引き起こす危険があります。

### 《嚥下障害のチェック》

誤嚥の原因となる嚥下障害をチェックするには、よく観察することが大切です。食べ物や飲み物の飲み込み具合はどうか、顔色や食欲の有無をチェックしましょう。

次の10のポイントを参考に早期発見、早期治療に心がけましょう。

- ① 食事や薬が飲みこみにくい。
- ② 食事の時にむせたり咳をする。
- ③ 歯がない。入れ歯が合わない。
- ④ よく唾液がこぼれる。
- ⑤ よく口が渴いている。
- ⑥ 痰がよくからむ。
- ⑦ 飲み込んだ後、声が変わったり、ゴロゴロした声になる。
- ⑧ 胸やけや酸っぱい液がこみ上げる。
- ⑨ 食欲がない。
- ⑩ 体重が減った。

〈東葛病院「問診表」を参考に作成〉

これらの項目を参考に、複数の症状や1つでも強い症状が見られたら医師に相談しましょう。

身近な人の在宅看護 自由国民社 参照