

安全とおいしさを求めて

管理栄養士 川里 明子

「**摂食・嚥下障害**」という言葉をお聞きになったことはありますか？

水分や食物をうまく飲み込めなくなったり、誤嚥するようになる病態をいいます。原因として多いのは脳梗塞や脳出血などの脳血管疾患ですが、加齢に伴う筋力や口腔内機能の低下による方も増えています。

またパーキンソン病などの神経筋疾患の場合にも摂食・嚥下障害を伴うことがあります。摂食・嚥下障害になった際に特に問題となるのは、食事がうまく摂れないことによる栄養状態の低下、誤嚥や窒息、食べる楽しみの喪失です。



入院中の方で摂食・嚥下障害のある方には、医師の指示のもと「**嚥下造影検査**」の実施や言語聴覚士による訓練が行われ、安全に食事が摂取できるよう取り組んでいます。病院食においては、**嚥下食（開始食・Ⅰ・Ⅱ）**や**ペースト食**を用意し、食事の形態では**きざみ・一口大**など大きさを調整したり、とろみをつけたりして患者様の状態に応じた食事内容を提供しています。



見た目がゼリー状・ペースト状であったり細かく刻まれていたりするため、食欲不振の原因となることがあります。かといって普通の食事をお出しするのはまだ危険なので、日々献立の改良に取り組んでいます。見た目をより普通食へ近づけること、味付けも許容範囲内ギリギリまで調味料の使用を検討することなど……。

日常生活の中で美味しそうな料理を見かけると、「これをペースト食に展開できないものか？」と思いを巡

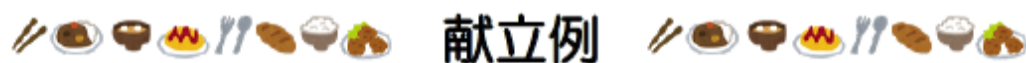
らせることもあります。刻み食においては、一口サイズの大きさでも舌で容易につぶせる硬さならば当院では刻み食の方への提供が可能であるため、普通食一口サイズで柔らかい料理はないかといつも思案しています。そうして新たに検討した食事は、言語聴覚士を含めたスタッフとの試食会を経て病院食として患者様のもとへ配膳されます。



日常生活の中で美味しそうな料理を見かけると、「これをペースト食に展開できないものか？」と思いを巡

退院後も嚥下食を継続する必要がある方へは、医師の指示のもと栄養指導を実施しています。嚥下食の作り方やとろみ剤の種類及び使用方法の説明から、市販品で現在の嚥下状態に適した食品を紹介したり嚥下食の宅配業者を紹介したり、食事だけで栄養が不足する方には栄養剤を紹介したり等、指導内容は多岐に渡ります。

摂食・嚥下障害の方には、「**誤嚥しない食事**」という安全性が求められます。嚥下食をおいしく摂ることができれば、栄養状態が改善し治療やリハビリへの意欲も向上することが期待されます。「安全」と「おいしさ」の両輪をうまく回していけるよう、試行錯誤は続きます。



主食、スペイン風オムレツ、マカロニサラダ、フルーツポンチ、漬物（練り物）



常食



軟菜全粥 きざみ食



ペースト食