

嚥下障害があっても炭酸が飲みたい!

栄養管理士 川里 明子

加齢や疾患などの影響で嚥下障害があると、サラサラした水分をうまく飲み込むことが難しくなり、誤嚥防止のために水分に「とろみ」をつけます。嚥下障害のある患者さんから「炭酸飲料を飲みたい! 楽しみたい!」というお声を聞くことがありますが、炭酸飲料へのとろみづけはちょっとした工夫が必要です。



とろみの付け方

準備するもの

- 炭酸飲料 (ペットボトル) 1本
- とろみ剤



1

炭酸飲料にとろみ剤を素早く入れ、すぐにキャップをして、下図の混合、溶解、脱気の手順でしっかり振る。

10回転



混合

ペットボトルの下の方を持ち、ペットボトル先端が弧を描くように10回程度回転する。

10秒間振る



溶解

10秒程度、垂直方向に強く振り続ける。

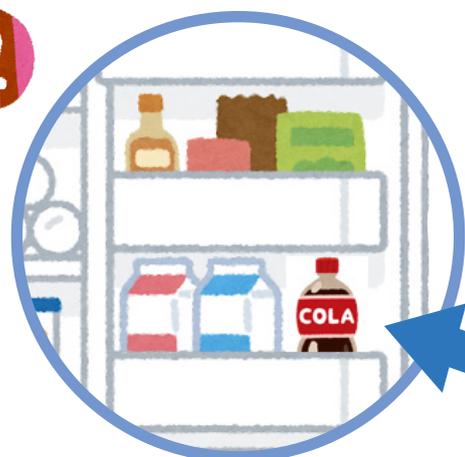
15秒
半円様に振る



脱気

ペットボトルのキャップ部分を持ち、半円様に15秒程度振る

2



冷蔵庫で一晩静置し、吹きこぼれないように少しずつキャップをあける。

【注意】ペットボトルは炭酸飲料用の容器をご使用ください。

一晩、冷蔵庫で炭酸の泡を落ち着かせます



とろみ剤の濃度は患者さんにより異なり、またとろみ剤の種類によって使用量も異なりますので、主治医や医療スタッフにご確認ください。

炭酸飲料は糖分が含まれているものが多かったり、炭酸の刺激がお体に合わない場合があります。食事制限がある方、嚥下障害がある方は炭酸飲料が飲めるかどうかも含めてご相談ください。

参照 ケアマネジメントオンライン

https://www.caremanagement.jp/ad3/y21_clinico/useful01