

# チームごっくん

## ニュースレター

9月号から摂食嚥下の5つの一連動作「**先行期、準備期、口腔期、咽頭期、食道期**」についてお伝えしてきました。今回は、最後の食道期についてお伝えします。



⑤食道期…**食道に入った食塊を食道の蠕動運動で胃へと送り込む段階**

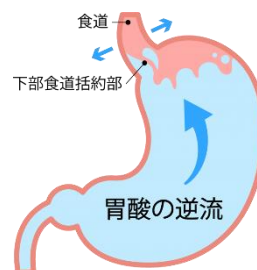
- 食道には、機能的に3つの狭窄部があり、このうち上端と下端には、食物が逆方向に進むのを防ぐ働きがあります。
- 自分の意思でコントロールすることはできません。

### 食道期が傷害されるとどうなる？

- 胃食道逆流が問題となる。重度の逆流が生じると、胃内容物が咽頭にまで逆流し、それを誤嚥することで肺炎が生じる場合もある。
- 高齢者は逆流が多いとされるが、胃ろう患者は食道の運動低下があるため特に多い。
- 筋弛緩薬やカルシウム拮抗薬が食道蠕動運動低下の原因となることがある。
- 対応としては、食事の量を減らして回数を増やす、追加嚥下や食後の座位を保持することも有効。

### 高齢者と逆流性食道炎？

- 高齢になると、体のあらゆる部分の筋肉が衰えてきます。体の筋肉が衰えるのと同じように、内臓の筋肉もまた衰えてきます。胃と食道の境界に位置する「噴門」は、胃の内容物が食道へと逆流するのを防ぐための大切な役割を果たしています。しかし、下部食道括約筋の筋肉が衰えると、噴門の閉じる力が弱まり胃酸が食道に逆流し、逆流性食道炎という症状を引き起こします。
- 症状が進行するとのど元まで胃酸がこみ上げてくるようになり、食道部や喉の粘膜を破壊してしまうことがあります。喉が痛いと感じる、または食べ物を飲み込むときに違和感を感じたり「ごっくん」をする度に痛みを感じるのであれば摂食嚥下障害かもしれません。



以上が摂食嚥下の5期モデルの説明となります。それぞれの段階を知ることによって、「食べること」や「飲み込むこと」がこういった機能であるかということがより深く理解できると思います。また、どの段階が障害されているのかを知ることも大切です。