

チームごっくんニュースレター

認知症患者さんへの食支援



5段階の摂食・嚥下のメカニズム

食物を嚥下するまでの段階は 5 段階に分けられます。どの段階が傷害されても食事摂取は困難になります。まず、**摂食・嚥下の 5 段階のメカニズム**と、**どんなときに障害が起こるか**理解しましょう。

段階	動作	各段階でのトラブル
① 先行期	食べ物を認知し口に入れる段階	はっきりと覚醒していないと食行動の準備ができないため、咀嚼・嚥下機能が活性化されず誤嚥しやすい。
② 準備期	食べ物をかみ砕き食物を形成する段階	咀嚼が不十分だと消化吸収が上手く行われず、消化不良の原因になる。
③ 口腔期	食べ物を口の中から咽頭へ送り込む	食塊を咽頭に送り込めず口腔内に食物が残留してしまい誤嚥や窒息のリスクが高まる。
④ 咽頭期	嚥下反射によって、咽頭の食べ物を食道へ運ぶ	内服薬の副作用・脳血管障害やパーキンソンなどの神経・筋疾患により飲み込む力や嚥下反射の低下が生じ、食べ物が誤って気管に入ってしまうことにより、誤嚥性肺炎のリスクが高まる。
⑤ 食道期	食べ物を食道から胃まで移送する	食道と胃のつなぎ目にある下部食道括約筋の筋肉が弱くなり、食物や胃酸を含んだ胆汁や膵液などの内容物が胃から食道へ逆流する逆流性食道炎がある。

食べ物を飲み込むことだけが嚥下ではなく、**食べるという行為すべてを嚥下として考えることが大切です。**次回からは摂食・嚥下のメカニズムを各段階ごとに詳しく説明していきます。

※当院では摂食・嚥下委員を中心に、嚥下の検査・リハビリテーションを行っております。

ST(言語聴覚士)・歯科衛生士を募集しております。