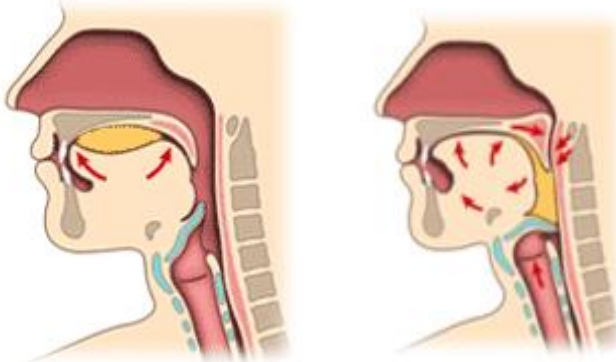


チームごっくんニュースレター

前回まで、摂食嚥下5段階のメカニズムのうち①先行期②準備期についてお伝えしてきましたが、今回は③『**口腔期**』についてお伝えいたします。

『口腔期』とは

舌や頬を使い、食べ物を口の奥からのどへ送る段階の事です。



この時に食べ物を送り込むために、舌を口蓋に押し付けることで口蓋が閉鎖されます。さらに舌に押し付けられた口蓋の柔らかいところ（軟口蓋）は押し出されて、咽頭と鼻腔を閉鎖する準備をします。この一連の動作の中で、舌の動きは大切な役割を担っています。

【口腔期で観察するポイントや注意点】

1. **口唇と舌の運動性**：「パ・タ・カ」といった音を発する能力を観察します。
2. **鼻咽腔閉鎖**：鼻声（鼻からの息漏れ）がないか確認します。
3. **食物が口の中に残っていないか**：食物残渣がないことを確認します。
4. **食物を取り込めるか**：食物が口からこぼれることなく取り込めるかを観察します。

舌の運動機能が低下することで、水分を口の中で留めておくことが難しくなります。そうすると、嚥下反射のタイミングよりも早く気管の中へ水分が流れていってしまうため、誤嚥につながります。水や水分量の多い食べ物を食べ、「ゴックン」の前にむせる場合は、水分を保持しておく能力が低下している可能性が考えられます。

飲み込んだ後に口腔内に**食べ物が残っている**場合は、食塊形成や送り込みが十分に行われていないことが考えられます。舌を中心とした口腔内の機能が低下していると、送り込む過程で舌上から落ちてしまい、口腔内に食べ物が貯留しやすくなります。嚥下の後に口の中を観察することも大切です。