

チームごっくんニュースレター

今回は**食事摂取時の姿勢**についてお伝えします。摂食・嚥下障害がある場合は、援助者が患者の摂食姿勢に注意を払い、誤嚥を防ぎ、**安定した姿勢**をとる必要があります。

食事をする為には①食事を認識し、②食べ物を口の中に運び、③食べ物を咀嚼し、④食べ物を飲み込む事が必要となります。この一連の流れをどのような姿勢で行うかは、食事を安全かつ楽しく行う為の大きな要因となります。さらに、誤嚥を防ぎ、食事に集中できる環境も必須です。

《座位で食事する場合》

座位で食事する場合は以下のポイントをチェックし、正しい姿勢をとれているか確認しましょう。

- 椅子に深く腰掛け、坐骨が座面に荷重していること
- 両足を地面に着け、足関節と膝関節が90°の角度になっていること
- 上体がやや前傾でき、頭部が食事を口に運びやすい位置にあること

《ベッド上で食事する場合》

ベッド上で食事する場合は、適切な角度のリクライニングと、枕などを使用したポジショニングが大切です。

- 背中側のリクライニングを45～80°に設定する
- 腰とベッドの間隙間をなくす
- 上体が安定して保てるか確認する

