

水すいえん焰

第3号

2005.10.1

協立リハビリテーション病院
広報委員会

〒997-0346
山形県鶴岡市上山添字神明前38
TEL.0235-78-7511 FAX.0235-78-7515
<http://www.turuoka-kyoritu-hp.or.jp>
E-mail:smcrh_ga@yamaikyoo.or.jp

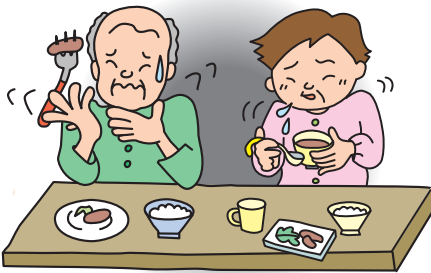
理念

障害があっても人間としての尊厳をもって生きることを支援する
リハビリテーション医療・介護をめざします。

摂食嚥下障害に挑む

第2回 専門的診察

リハビリテーション科 福村直毅



最近飲み込みづらいつ感じたり、むせが多くなったりしていませんか。飲み込んだり食べたりすることがおかしくなること、すなわち摂食嚥下障害は特別な方にだけ起きることではありません。嚥下障害になると食べられないだけでなく、肺炎や窒息を引き起こすことがあります。こういった事故が起きる前に安全な食べ方がわかれば、安心して生活できますね。

嚥下障害があるかどうかは気がつきやすいものです。しかし障害の種類や状況は、専門的な診察を受けなければはっきりしません。おかしいな、と感じたらかかりつけ医にご相談してみてください。庄内医療生協では、鶴岡協立病院で毎週予約制で診察を行っています。外来で診察するときどんなことをしているか紹介します。

はじめに、どんなものをどれくらいどのように何分くらいで食べているかをお尋ねします。そしてどんなことに困っているかをお聞きます。かかったことのある病気や飲んでる薬を教えてください。それから神経や筋肉の様子を簡単に確認します。口の中の様子をつばの飲み込み方を調べ、声の様子を聞きます。そのあと、内視鏡を使ってのどを観察します。食べ物のがのどをどのように通っていくかなど調べ、安全に食べるための方法を確認します。診察が一通り終わったら、安全な食べ方、治療や訓練の方法をご説明します。

専門的な診察を受けることで、安全で健康に生活し続けておられる方が何人もいらっしゃいます。次回は詳しい検査についてご紹介します。



高齢者の4つの巨人と2つの課題への挑戦 ②

院長 茂木 紹良

不動による障害：床上安静の副作用の予防

不動により悪循環が発生し廃用症候群が起こることについては、前回お話したとおりです。廃用症候群という用語は、直感的理解が難しい、当事者に不快感を与える、「用を廃した」（全く行わなくなった）場合のみが問題と誤解を招きやすい言葉です。そこで「生活不活発病」という名称も提唱されています。これだと「体を動かさなければ体が衰える」の常識と合致するため理解されやすくなり普及・対策の導入が容易になるのではないかと考えられています。いずれにしても入院中に起こる廃用症候群も介護予防の対象となる地域生活者の廃用症候群も、その原因の理解を普及し対策を立てるためにこの用語が人々に理解されることが必要です。

さて、最大筋力の20～30%の筋収縮を行うことによって筋力は保持されると言われています。最大筋力の30%以上の筋収縮を行うと筋力は徐々に増加します。逆に、日常生活での筋収縮力が常に最大筋力の20%以下であれば筋力は徐々に低下します。絶対安静で1週間筋収縮を行わないでいると10～15%の筋力低下をきたすと言われています。実際、ある研究によると安静後歩行を開始しても、筋萎縮は2週間進行し、歩行開始時の筋肉量に戻るのにその3倍の期間を要したとのことです。もし、リハビリテーションの開始が遅れたり訓練量の不足があれば、回復にさらに長時間かかるか、回復が不十分なままにとどまることがあります。廃用症候群は、筋力低下ばかりではありませんが、日常生活の手段に直結する歩行能力に関わるので特に重要です。脳卒中のリハビリテーションの過程で車椅子の脱却が提唱されています。車椅子の使用が筋力低下の進行や改善の遅れを招いていると言う考えもあるぐらい廃用症候群の予防は重要な課題です。



トピックス

長野・健和会病院より、嚥下障害の診断・治療の研修で医師、ST来院

8月23日～25日に、長野の健和会病院より、回復期リハビリテーション病棟を担当されている医師と言語聴覚士の2名が来院。当院で行っている摂食嚥下障害の診断・治療の研修を行いました。また、回復期リハビリテーション病棟の運営や課題等について意見交換や交流を行いました。

口頭内視鏡を用いての診断手技や診断基準、診断に応じた訓練方法や食事内容の選定、口腔ケアや食事摂取方法、栄養アセスメント等々について研修されました。当院からは、回復期病棟担当の医師をはじめ、看護師、専従のPT、OT、ST、管理栄養士が対応し、当院のノウハウを伝えました。

今後、相互に情報交換や交流を行い、摂食嚥下障害の診断治療の普及に努めていくことを確認しました。