

6. 誤嚥、摂食嚥下障害とは

皆さん「誤嚥」、「誤嚥性肺炎」、「摂食嚥下障害」という言葉をご存じですか。誤嚥とは、食べ物が誤って気道(気管および肺)に入ることです。健康であれば、咳をして簡単に外に出します。高齢になると、喉の感覚が鈍くなり少しぐらいの物を誤嚥しても、咳が出なかつたり、咳をする力が弱く、誤嚥したものを外に出せなくなり、免疫力が低下していると、食べ物や自分の唾液を誤嚥して肺炎を起こしたりします。誤嚥により肺炎を起こすことを「誤嚥性肺炎」と呼びます。

摂食嚥下障害の症状は、「最近体重が減ってきた」、「食べるのに時間がかかる」、「食事が減ってきた」などがあります。飲み込む力が弱くなり、食べ物を飲み込みにくくなったり、喉に残った感じがして、繰り返し飲み込んで残った物をきれいにしようとしています。これらによって、食事に時間がかかり、飲み込む回数が多くなって疲れてしまいます。そのため食事が減って、十分な栄養が取れなくなり、また、皆さんの周りに「お茶が好きだったのに最近はなかなか水分を取らなくってしまった」という方はいませんか。水分を飲むと、むせて苦しくなるので、怖くて飲みたくないサインだったりします。また、「食事中や食後に話をするとき痰が絡んだような声になる」という方は、飲み込む力が弱く、喉に食べ物が残っています。このようなエピソードがあったら「摂食嚥下障害」を疑ってください。その他にも「むせる」、「時々同じ時間に熱が出る」場合は、「誤嚥」をしている可能性があります。気道に入った物を、むせて出すことができればいい。2つの検査が上手にでき

ないときは「摂食嚥下障害」が疑われます。一度、歯科か耳鼻咽喉科の専門医に相談してみましよう。

これまで6回にわたり「口の健康と全身の健康とのかかわり」として口腔機能を紹介してきました。口腔機能は、健康な時には気にもとめない機能ですが、機能が衰える前に対処することが重要です。かかりつけ歯科医師を持ち定期健診を受けることが、健康長寿につながります。時々、口と飲み込みの機能を意識してみてください。

岩手医科大学 歯学部

補綴・インプラント学講座

摂食嚥下口腔

リハビリテーション学分野

小林琢也