

摂食・嚥下障害チェックシート



「摂食・嚥下障害」のある人には、いくつかの外見上の特徴が見られ、その範囲は全身に及びます。主な観察ポイントと、そこから読みとれるサインを以下に示しました。専門職でなくても誰にでも観察できるポイントなので、ぜひチェックしてみましょう。

日常生活の中でこんなことが気になりませんか？

ひどく痩せている（体重の減少が目立つ）

やせている人はのどの収縮力が低下していて、食べ物をうまく食道に押し込めません。

寝てばかりで呼び掛けに反応しない

飲み込む反射や咳の反射が起こりにくくなっていることが考えられます。

声が変わった（がらがら声や鼻に抜ける）

喋ると食べるはほぼ同じ器官を使っているため、口や喉の動きが正常でない疑いがあります

痰の量が増えて、食事中に痰がよくからむ

安全に食べられていない危険性が非常に高いので、早めにご相談下さい

口の中が異常に乾燥している

口が異常に乾燥している場合、口から食べようとすると食物が張付いてうまく飲み込めません

昔よりのど仏が下がってきている

筋力低下によりのど仏を支える筋肉が重力に負け、下顎とのど仏の間に指が3/4本も入ります

呼吸が安定していない（浅い）

呼吸が浅い(不安定な)人は、嚥下性無呼吸の状態が作れないために嚥下障害の疑いがあります

首の部分の筋肉が固く首が動きにくい

摂食・嚥下にはある程度の首の動きが必要ですので、首が動きにくい人は飲み込みに不利です

普段からひどい猫背である

バランスを取るために顔を上に向け、のどの空間が広くなり、飲み込みにくくなります。

食事の時間が長くなった

以前は問題なく飲んでいたものが、意識をしてゴクンと飲み込まなければいけなくなります

口の中に食べ物が残っている

正常に飲み込みができていないと、自覚のないままお口に食べ物が残ることが増えてきます

食事中にむせて食べられない

食物が気管内に侵入しそうになるとむせが生じます。むせの発生は摂食嚥下障害のサインです

以上のようなことが気になる方は当院までご相談下さい

【無料健診お問い合わせ先】 TEL 0120-544-118.

訪問歯科診療 福森歯科クリニック