

歯科衛生士がつなぐ食支援 ～そうだ歯科と繋がろう～



歯科衛生士
木下 幸子

咀嚼とは

- ・咀嚼は「**破碎**」と「**再形成**」の二つの機能に分けて理解する
- ・「**破碎**」は上奥歯と下奥歯で食べ物を細かく碎くこと。
- ・「**再形成**」は細かく破碎された食片同士を唾液を絡めて再形成すること。

パン粉は破碎されているが、これを咬まずに飲み込むか？　パン粉は粉末間を唾液で絡ませ再形成しないと食塊にはならない。このように咀嚼は破碎と再形成によって食塊を形成している。

咀嚼運動ができる口腔内か？

- ・「破碎」ができる歯、もしくはできる口腔機能があるのか？
- ・「再形成」ができる舌の動き、頬の動き、十分な唾液の量はあるのかどうか？

- ・口腔内を確認することから始めましょう
- ・わからなければ、歯科へつなげていきましょう

飲み込み状態の確認

- 口唇の閉鎖
- 口内残留
- のど仮のしっかりとした上昇
- 連続的なムセ（ムセのない誤嚥）
- 声がかすれていなか
- 呼吸の観察（呼吸が荒くなっているか）

永井の法則
「食べたいものを大きな声で言える人
は食べられる!」

まとめ

- ・嚥下ってよくわからない、見えないから
- ・だからこそ、正しい知識を備えて対策していきましょう
- ・食べることは人の尊厳にかかわることです
- ・わからないですませてはいけない問題です
- ・色々な職種で支援をしていきましょう
- ・気軽にご相談してください