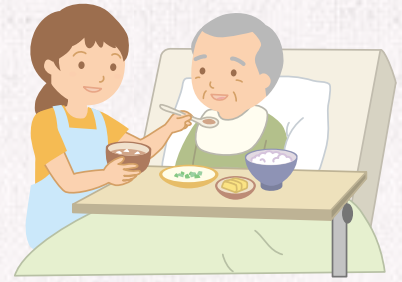


誤嚥させないための食事介助の工夫

- ベッドを起こして介助する場合は、
60度くらいに座らせましょう

介助者とは反対側の背中にクッションなどを入れて、顔が介助者のほうに向くようにしたり、顎が自然に少し下向きになるようにクッションの位置や厚さを考えるのもよいです



- 座った状態で介助するときは、足がしっかり地につき、
体もしっかりと支えられている状態にしましょう

- テーブルに並ぶ料理全体が見渡せる高さに
目線が来るようにしましょう

- 食事介助するときは座って介助しましょう

立ったまま介助すると患者さんが上を向くので、口唇が閉じにくく、誤嚥しやすくなります

- 一口の量は少なめに。
飲み込んでから次の一口を入れるようにしてください

- 常温のものより、温かいものや冷たいものの方が
誤嚥しにくくなるので試してみましょう

- 大きさよりも食べ物のまとまりが大切です

ぱさぱさしたものやバラバラなものや形状が不均一なものは食べにくいのでなるべく避けましょう

- 食事前のウォーミングアップを積極的に行いましょう

- ・冷たい水を口に含んで1～2回うがいをしましょう
- ・5～10分程度の口、顎、肩にかけての体操をしましょう

- むせたときは咳をさせてはき出すようにしてください

- 食後は口の中に残渣が残っていないことを
きちんと確認してください

*なお、実際の介助は、その方の嚥下機能の程度、認知機能、介助を要するかどうかなどによります。先生や看護師によく相談のうえで、以上のような工夫を行うようにしてください。