



ういとりとは——  
富山弁の“うい”（つらい、苦しい）をとるという意味です。

# ういとり

## 特集 口から食べる幸せづくり

～摂食・嚥下障害と口腔ケア～

年を重ねるにつれ、口の中（口腔）の機能が低下したり、歯が抜け落ちて食べ物を噛み砕く咀嚼機能が低下します。また、唾液の分泌が減り、舌の運動機能が低下することもあります。食べ物や水分を飲み込む際、喉の奥で詰まったり、誤って気管内に流れこんでしまう嚥下障害を引き起こすこともあります。これらの症状を「摂食・嚥下障害」といいます。とくに嚥下障害の場合、高齢者の肺炎と大きな関わりがあります。飲み込む機能が低下することで、食べ物や水分、唾液な

私たちが当たり前のように口からモノを食べています。高齢化にともない、歯が悪くなったり舌の運動機能が低下して、口から食事することすらできなくなることも、歯の健康づくりとケアの仕方について、小林岳志院長（小林歯科医院／富山市太田口通り）に解説していただきました

### 第5回地域ういとり公開講座 口から食べる幸せづくり／自宅でできる口腔ケア

【日時】5月17日（木）  
午後2:00～3:00

【場所】横田病院1階待合ラウンジ

【講師】小林岳志院長（小林歯科医院）

※事前申し込みは必要ありません。当日、会場へ直接お越しください。

【駐車場】当院の駐車場をご利用ください

【問い合わせ】横田病院 総務課

076-425-2800（代表）

#### 小林岳志院長

（こばやし・たけし）  
小林歯科医院院長。  
大阪歯科大学卒業。  
兵庫県の歯科医院勤務を経て、小林歯科医院院長に就任。  
外来診療の傍ら、月100軒の患者宅を回り、歯科訪問診療に取り組んでいる。



特定医療法人財団博仁会 横田病院



院長 菅原秀徳先生



副院長 村田浩之先生



医師 廣瀬雅代先生

## 教えて!! ういとり先生 第7回

今号のテーマ

嚥下障害と

誤嚥性肺炎について

医療用語やしくみなどについてQ&A形式でわかりやすく解説します。今回は嚥下障害と誤嚥性肺炎について説明します。

Q

嚥下障害とは？

A

食べ物をうまく飲み込めない状態のことで、加齢による身体機能の低下が大きな理由ですが、歯の欠損や細菌の増加などで嚥下機能が低下することも。低栄養や脱水症状、場合によっては食べ物や水分、唾液や細菌が気管に入る誤嚥性肺炎を引き起こす危険があります。

Q

どんな症状が出るの？

A

食事中にむせたり、硬いものを噛んで飲み込めない、飲み込んだ後に声がかすれる、柔らかい食べ物を好むなど食事内容が偏るため、体重が減るといった症状が出ます。また、誤嚥性肺炎はふつうの肺炎とはちがいで、発見が遅れることがあります。主な症状としては、咳や熱がでないことがある、喉がゴロゴロ鳴っている、会話がかみ合わない、トイレで失敗するなど「いつもと様子が違う」のが特徴。気づいたときは早めに受診しましょう。

#### 小林院長のワンポイントコラム

#### 摂食・嚥下障害はリハビリで治る？

患者さんやご家族から「摂食・嚥下障害にリハビリは効果があるのか」という質問を受けますが、「リハビリ効果が望めます」と答えています。

訪問歯科診療で診た89歳の患者さんは脳梗塞により2年間、口から栄養を摂ることがありませんでした。そのため、唾液の分泌が減り、口の中が汚れやすくなっていました。早速、看護師や言語聴覚士、介護スタッフと話し合い、歯みがきやマッサージなどの口腔ケアに、舌や顎の運動を繰り返し、筋肉の回復に努めました。その結果、週5回30分グルトを、さらには週に数回おかゆを食べられるようになりました。胃ろう※の時と同じ摂取カロリーでしたが、体重は45kgから51kgに増えました。摂取カロリーが同じでも、口から食べた方がエネルギーに代わりやすいのです。口から食べられるようになると味覚や食感が楽しめ、生きる意欲が湧き、人生がより豊かになります。

※胃ろう…口からの食事が困難な方などが、胃から直接、栄養を入れる栄養投与の方法のこと

#### 配布エリア

- 総曲輪地区 ● 越前町、西町
- 星井町地区 ● 中野新町、太田口通り、星井町、山王町、西中野本町、西中野町
- 五番町地区 ● 上本町、五番町、南新町、古鍛冶町、南田町、梅沢町
- 西田地方地区 ● 花園町、千石町、西田地方町、磯部町、長柄町
- 堀川地区 ● 東中野町、大泉町

地域のみなさんの心と体の“憂い”を“取る”まちなか医療情報紙 ういとり

#### 発行

特定医療法人財団博仁会 横田病院  
〒939-8085  
富山市中野新町1-1-11  
tel076-425-2800