

誤嚥と肺炎～予防のためのリハビリテーション～

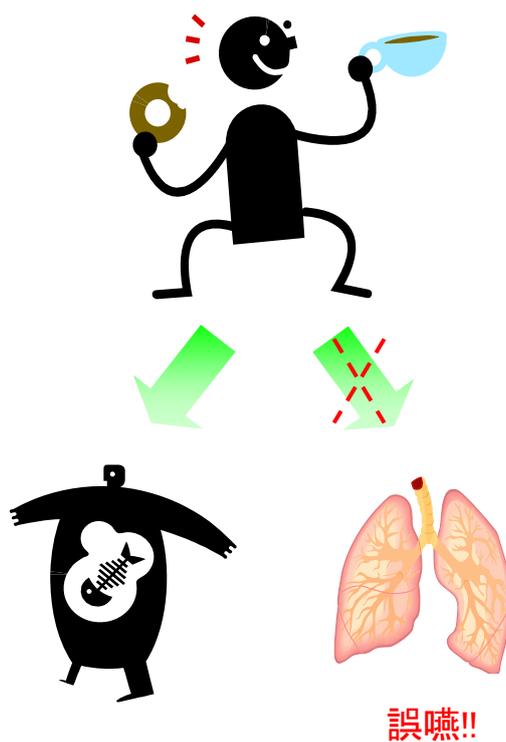
リハビリテーションだよりの 8 月号のテーマは、

『誤嚥と肺炎～予防のためのリハビリテーション～』です。

通常、私達人間にとって呼吸をする事、食事を摂取することは欠かせない生命活動の一つです。この機能が低下することより体内のバランスは不安定となり、生命維持も非常に重篤な状態となっていくます。また、呼吸機能が低下する事、食事摂取が上手く行えない事は、誤嚥と肺炎に非常に関係があり、今回はこの 2 つの視点よりお話していきたいと思っています。

誤嚥とは

食事やお水、唾液の飲み込みの過程の中で、間違って肺に入り込むことを誤嚥と言います。これは、食事やお水を飲み込む時以外、眠っている時や無意識の中でも絶えず行われています。しかし、一度や二度誤嚥したからと言って、すぐに肺炎を起こす訳ではありません。多量の唾液やお水などが、肺に入り込む事で誤嚥からの肺炎を併発します。



予防とリハビリ

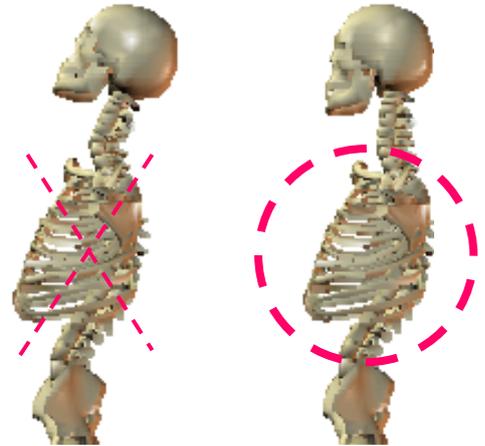
私達は、飲み込みの過程の中で呼吸を止めて食物を摂取する過程が自然と行われています。また、摂取後には必ず息を吐き出す事が行われます。

また、頸の角度が大切で、頸の角度が伸展方向(後方方向)に位置していると、頸-喉-肺の角度一直線になり非常に誤嚥しやすくなります。大切なことは、

- ①摂取後は必ず息を吐き出すこと(誤嚥物の吐き出し)
- ②頸は少し屈曲位(前方方向)へ位置しておくこと

になってきます。

姿勢の相違



リハビリテーションセンターの取り組み

当リハビリテーションセンターでは、早期から呼吸に対するリハビリテーションを行い、誤嚥からの肺炎予防に取り組んでいます。**姿勢調整、呼吸調整、筋に対する徒手療法**を行うことでより効率的なリハビリテーションを目標に実施しています。もし、誤嚥の恐れがある方、また、誤嚥をしているのではないかと考えられましたら一度担当の療法士、また、リハビリテーションスタッフにまでご相談下さい。