

支援者のための

府中市摂食・嚥下機能支援システム

～摂食・嚥下障害が疑われる方への支援～

安全に 安心して おいしく食べられるように

主治医やかかりつけ歯科医を中心に、在宅支援にかかわる様々な専門家が連携をとり、必要な場合は、専門的な指導やリハビリテーションが円滑に受けられるように、主治医やかかりつけ歯科医が専門医療機関へ紹介するシステムです。

食べる機能の低下は、加齢に伴う身体機能低下に伴って起こることも多く、この症状を有する高齢者や障害者は少なくありません。気になる症状の方がいたら、『食べる機能チェック 11 項目』を確認し、必要な場合は【府中ごっくんパス】を使って主治医、かかりつけ歯科医師にご相談ください。

市民



★気になる症状があったら
相談しましょう

『食べる機能チェック 11 項目』

- お茶や食事でむせる
- よく咳をする
- 薬が飲みにくい
- 声が変わった（ガラガラ声や、思った声が出せない）
- 舌に白い苔のようなものがついている
- 体重が減った
- 唾液が口の中にたまる（ヨダレが垂れる）
- 食べられないものが多くなった
- 飲みこむのに苦労する
- 固いものが噛みにくくなった
- 発熱を繰り返す

市民向けリーフレットに掲載しているチェック項目です。当てはまる症状のある市民や家族から相談が寄せられます。

相談

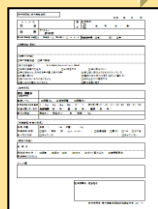
支援者

訪問看護師、薬局（薬剤師）、保健師、歯科衛生士、栄養士、ケアマネジャー、介護サービス担当者、地域包括支援センター、保健所



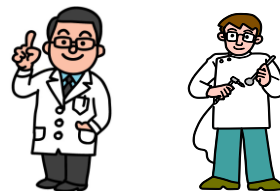
★気になる症状の方がいたら、ごっくんパスを記入し、主治医、かかりつけ歯科医につなげましょう。

受診



【府中ごっくんパス】を
支援者が記入して受診

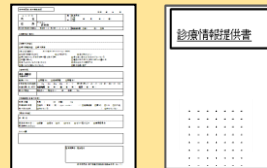
主治医 かかりつけ歯科医



専門医による嚥下評価、リハビリテーションが必要と思われる場合は、【府中ごっくんパス】と診療情報提供書を記入し、専門医療機関へご紹介しします。

【府中ごっくんパス】
+ 診療情報提供書で紹介

紹介



結果報告・支援

【専門医療機関】



※専門的に嚥下機能検査を実施し、その方の状況を明確にします。そして少しでも安全に食べられる工夫や方法を指導します。

支援

専門医に受診する目的

検査、リハビリテーションを受ければ、すぐに食べられるようになるというわけではありません。その方が持つ食べる力を知り、その方に合った適切な食べ方や環境を整えることが目的です。専門医は、できる限り、いつまでも楽しく、安全に口から食べるためのサポートをするものです。

◆嚥下機能検査のできる専門医療機関

※原則、主治医、歯科医師からの紹介状が必要です。

医療機関名	住所／電話番号	担当科	外来	訪問	その他 備考
東京都立多摩総合医療センター	〒183-8524 府中市武蔵台2-8-29 042(323)5111(代表)	耳鼻咽喉科 頭頸部外科	○		要紹介・要予約 042(323)9200(予約センター) 嚥下機能検査のみ(嚥下訓練は行いません)
日本歯科大学 口腔リハビリテーション 多摩クリニック	〒184-0011 小金井市東町4-44-19 042(316)6211	口腔リハビリテーション科 摂食外来・言語外来 障害者歯科外来	○	○	要予約
武蔵野赤十字病院	〒180-8610 武蔵野市境南町1-26-1 0422(32)3111(代表)	特殊歯科・口腔外科	○		※完全紹介制・事前予約 (電話予約専用番号)0422(39)4890 月～金曜PM12:00～16:00 (FAX予約番号)0422(34)6550 専用予約用紙をお送りします。ご連絡ください
杏林大学医学部付属 病院	〒181-8611 三鷹市新川6-20-2 0422(47)5511(代表)	耳鼻咽喉科	○		予約不要 耳鼻咽喉科一般診療後にVF,VEの日程 調整を行います。
東京慈恵会医科大学 附属第三病院	〒201-8601 狛江市和泉本町4-11-1 03(3480)1151(代表)	リハビリテーション科 耳鼻咽喉科	○		要紹介・要予約

嚥下機能検査とは？

嚥下造影検査(VF)
X線透視下で食べ物の
流れを評価する方法
※院内のみ



嚥下内視鏡検査(VE)
鼻咽喉頭ファイバースコー
プを用いて嚥下諸器官などを
観察する方法
※訪問でも可能



嚥下障害を疑う症状 (チェックリスト11項目の解説)

(出典元：府中市摂食・嚥下機能支援検討協議会より)

お茶や水でむせる



食べ物が咽頭や気管内に侵入しそうになると、むせが起きます。特に水はまとまりにくく、最も誤嚥の危険性の高い食品です。他には、パサパサした物、パラパラした物もむせやすい食品です。

食事中や食後しばらくして、よく咳をする



うまく飲み込めなかった食べ物がのどに残っていて、しばらくしてから気管に落ち込むことがあります。食事中や食後しばらくしてから、よく咳が出る場合は注意が必要です。

薬が飲みにくい



口の中でバラバラになる顆粒剤や散剤、口の中に付きやすいカプセル等は、特に飲みにくい薬剤です。飲みにくい場合は、剤形の変更やゼリーなどの滑らかな食品の利用等、工夫が必要です。

声が変わった (思った声が出せない)



のどにうまく飲み込めなかった食べ物や唾液が溜まっていると、痰が絡んだようなガラガラ声になる場合があります。その他、鼻に抜けるような声や息が漏れるようなかすれ声などものどの動きの悪さが疑われます。

舌に白い苔のようなものがついている



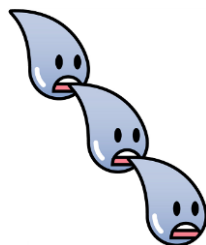
ぜったい
舌苔(舌につく苔のような汚れ)は、食べ物を咀嚼したり、嚥下する時の舌の機能が十分でないで付着してきます。唾液の分泌量が極端に減少している時も付着してきます。

体重が減った



しっかり食べることができているかを知るのに有効な目安が体重です。1か月に体重の5%以上、半年で10%以上の変化は栄養状態に問題のある変化です。

唾液が口の中に溜まる (ヨダレが垂れる)



唾液は、1日に平均1~1.5ℓほど分泌されます。嚥下反射が起きない場合や、十分嚥下ができない場合には口腔内に貯留されます。唾液の貯留が多くなった場合は、嚥下障害の症状が疑われます。

食べられないものが多くなった



うまく食べることができないと、必要なエネルギーや栄養素を摂取できなくなります。食べられるものが制限されたり、食事時間が長くなることが原因です。食事時間の延長は疲労を招き、誤嚥や窒息の原因になります。

飲み込むのに苦労する



普段問題なく食べれていたものが、かなり意識しないと飲み込みにくくなった時、嚥下障害を疑います。飲み込みに必要な筋肉の動きが悪くなるなど原因はさまざまです。食物の通過路に腫瘍などができて通過が悪くなることもあります。

固いものが噛みにくくなった



入れ歯が合わないと、固いものが噛みにくくなります。筋肉の衰えや、障害によっても噛みにくい症状がでます。入れ歯に問題はなくても、最近固いものが噛みにくくなったという方は要注意です。

発熱を繰り返す

口の中の細菌が唾液とともに誤って肺や気管に入ってしまう、体力や免疫力が低下している時に起こる細菌性の肺炎を『誤嚥性肺炎』と言います。特に高齢者に多く発症し、再発を繰り返す特徴があります。

ただし、発熱がなくても、

- ・ **なんとなく元気がない**
- ・ **一日中うつらうつらしている**
- ・ **喉が常にゴロゴロ音している**

などの症状がある場合は、注意が必要です。

● 歯周病原菌
● 肺炎の原因菌



気になる症状が多いと、嚥下障害の疑いがあります。また、**運動機能が低下する病気の診断を受けた方は、咀嚼機能や嚥下機能も低下する恐れがあります。**早めの受診を勧めましょう。



府中ごっくんパスって何?

府中市摂食・嚥下機能支援シート【府中ごっくんパス】

平成 年 月 日

ふりがな		男	生年月日:
氏名		女	大正 昭和 平成
住所	〒183- 府中市		
要介護(要支援)状態区分: 要支援(1・2) 要介護(1・2・3・4・5)		障害者手帳 <input type="checkbox"/> 有(級) <input type="checkbox"/> 無	

【依頼内容・目的】

【依頼する内容】
<input type="checkbox"/> 嚥下機能検査 <input type="checkbox"/> 嚥下訓練
【気になる症状】 <small>気になる症状があればすべてください(複数可)</small>
<input type="checkbox"/> お茶や食事でむせる <input type="checkbox"/> よく咳をする <input type="checkbox"/> 薬が飲みにくい <input type="checkbox"/> 声が変わった(ガラガラ声や鼻に抜ける声) <input type="checkbox"/> 舌に白い舌のようなものがついている <input type="checkbox"/> 体重が減った <input type="checkbox"/> 唾液が口の中にたまる(ヨダレが垂れる) <input type="checkbox"/> 食べられないものが多くなった <input type="checkbox"/> 飲み込むのに苦労する <input type="checkbox"/> 固いものが噛みにくくなった <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 肺炎を繰り返す

あてはまる症状
に☑をする

【全身状況】

病名、障害名 (発症年月日)	
意識レベル	<input type="checkbox"/> 問題なし <input type="checkbox"/> 軽度問題 <input type="checkbox"/> 問題あり
日常生活自立判定基準	I・IIa・IIb・IIIa・IIIb・IV・V 寝たきり度:J1・J2・A1・A2・B1・B2・C1・C2
気管切開、痰、吸引	気管切開(有・無) 痰(有・無) 吸引(有・無)
肺炎の既往	現在あり・既往あり(年 月頃)・なし

現病歴や既往歴
等を記入する

【栄養管理・食事の状況】

身長・体重	身長 ()cm 体重()kg
栄養手段・状況	<input type="checkbox"/> 経口(常食・粥・きざみ・ペースト()) <input type="checkbox"/> 経鼻経管 <input type="checkbox"/> 胃ろう <input type="checkbox"/> IVH <input type="checkbox"/> その他
食べ方の工夫	<input type="checkbox"/> 行っている() <input type="checkbox"/> 行っていない

身長体重などの情報や、
食事の状況、服薬状況等
を記入する

【服薬の状況】

薬剤名	
投薬法(飲み方)	<input type="checkbox"/> 経管 <input type="checkbox"/> 経口(口水 <input type="checkbox"/> トロミ <input type="checkbox"/> ゼリー埋め込み <input type="checkbox"/> 簡易懸濁法)
服薬時、気になること	

コメント欄

--

記入者名	職種()
所属	
住所	
連絡先TEL	()

府中市摂食・嚥下機能支援検討協議会作成 25.3

【府中ごっくんパス】とは、
食べる機能が気になる方を専門医療機関に紹介する
場合に、依頼目的や主訴等を分かりやすくまとめたシ
ートです。
必要な部分に記入、チェックをしてお使いください。

※府中市のホームページ
(府中市摂食・嚥下機能支援システム)

<http://www.city.fuchu.tokyo.jp/kenko/kenko/>

hanokenko/sesshokuengenesystem.html

でダウンロードできます

QRコード



★かかりつけ歯科医のいない方へ

障害のある方や、在宅療養者などで、必要な歯科医
療サービスを受ける事ができない方に、かかりつけ歯
科医、または、訪問診療ができる市内歯科医療機関を
紹介します。(要申請)
詳しくは健康推進課成人保健係へご相談ください。

食べる機能でお困りの方は、ご連絡ください

食べる・飲込む(摂食・嚥下)機能支援相談窓口

府中市福祉保健部健康推進課成人保健係

☎042-368-6511