

2021年度さくらはうす職員学習会
第2回 食事姿勢

2021年7月19日
生活支援センター
OT加納雪絵

今日のお話

1. 前回の復習

第1回目 食物形態について

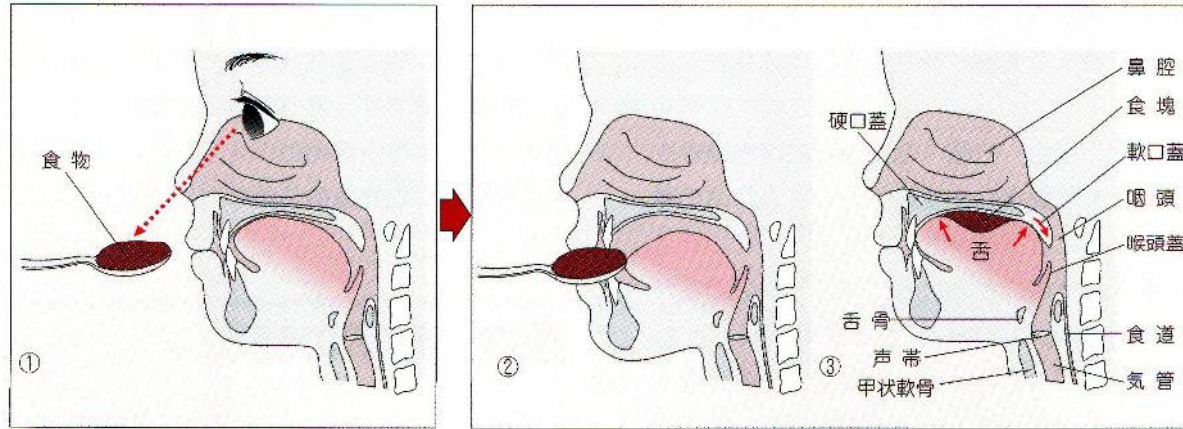
なぜその利用者さんはその食物形態を食べているのか？

2. 摂食嚥下機能の基本

3. 食事姿勢について考える

< 摂食の 5 期 >

模式図



1. 先行期 (認知期)

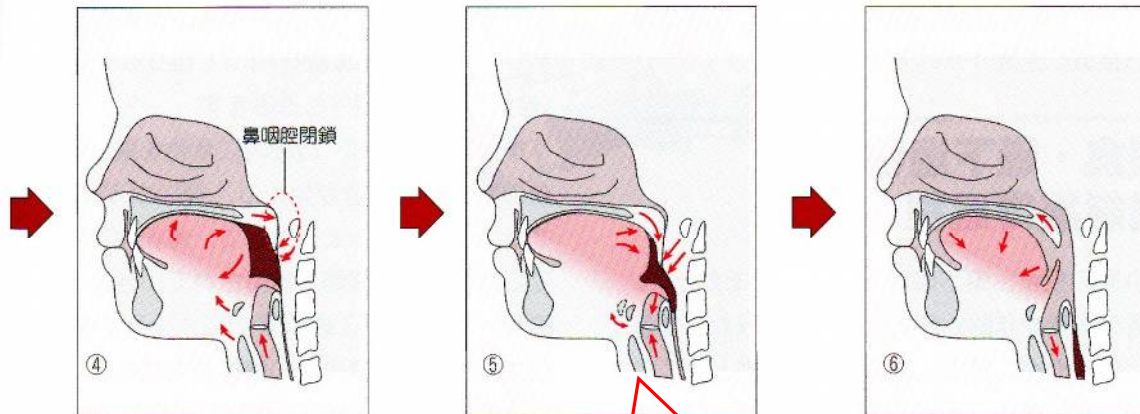
2. 準備期 (咀嚼期)

食べ物を認識する、覚醒状態、食欲など

口腔への取り込み

咀嚼

口の中に取り込んで、
噛み砕き、唾液と混
ぜ合わせて飲み込み
やすい形をつくる。
(咀嚼・食塊形成)



3. 口腔期

4. 咽頭期

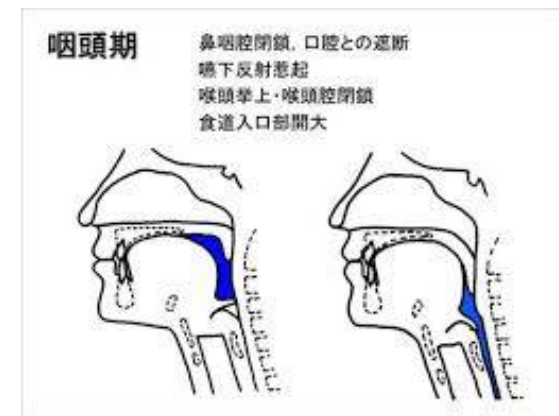
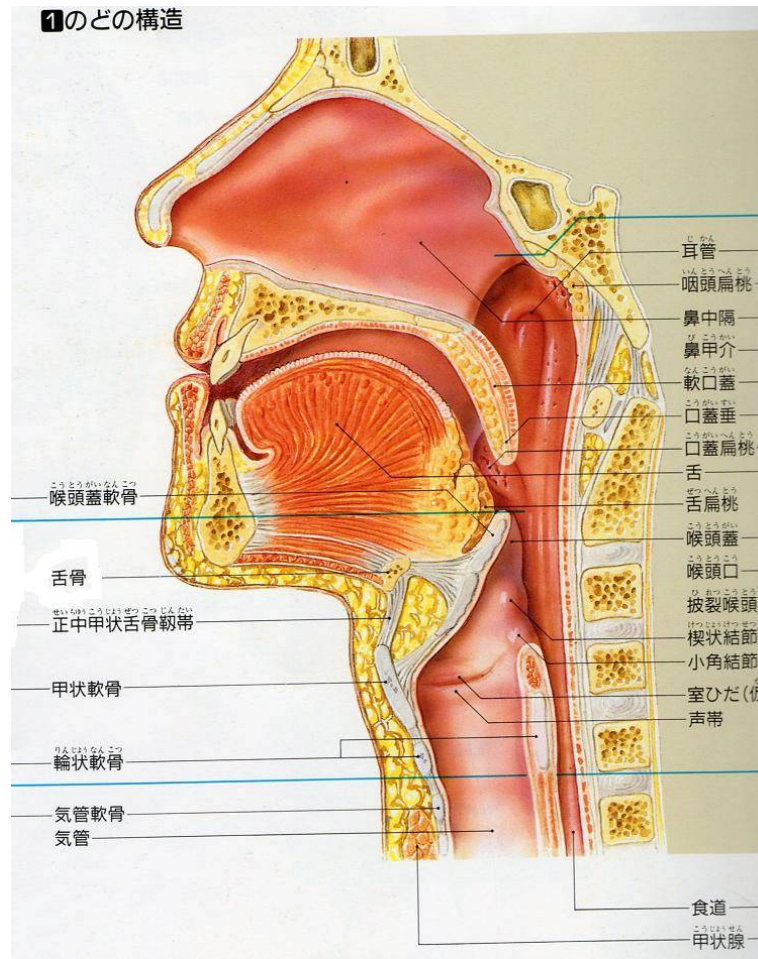
5. 食道期

食塊を喉の奥に運ぶ

嚥下「ごっくん」

胃に食べ物を運ぶ

嚥下（飲み込む）とはどういうことか？



動画を見ましょうか

それぞれの方の課題

○Aさん 背中が丸い（円背）

○Bさん ネックロールの使用

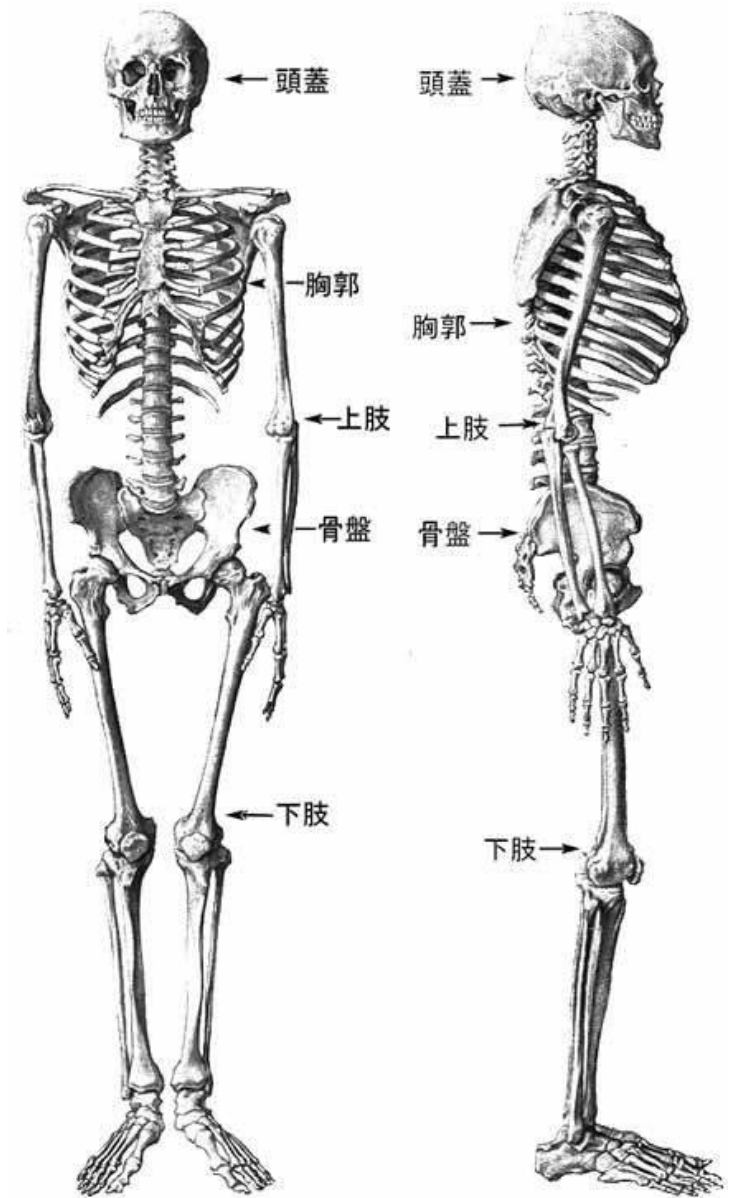
○Cさん 首が傾く

★姿勢を考える時に大事なこと

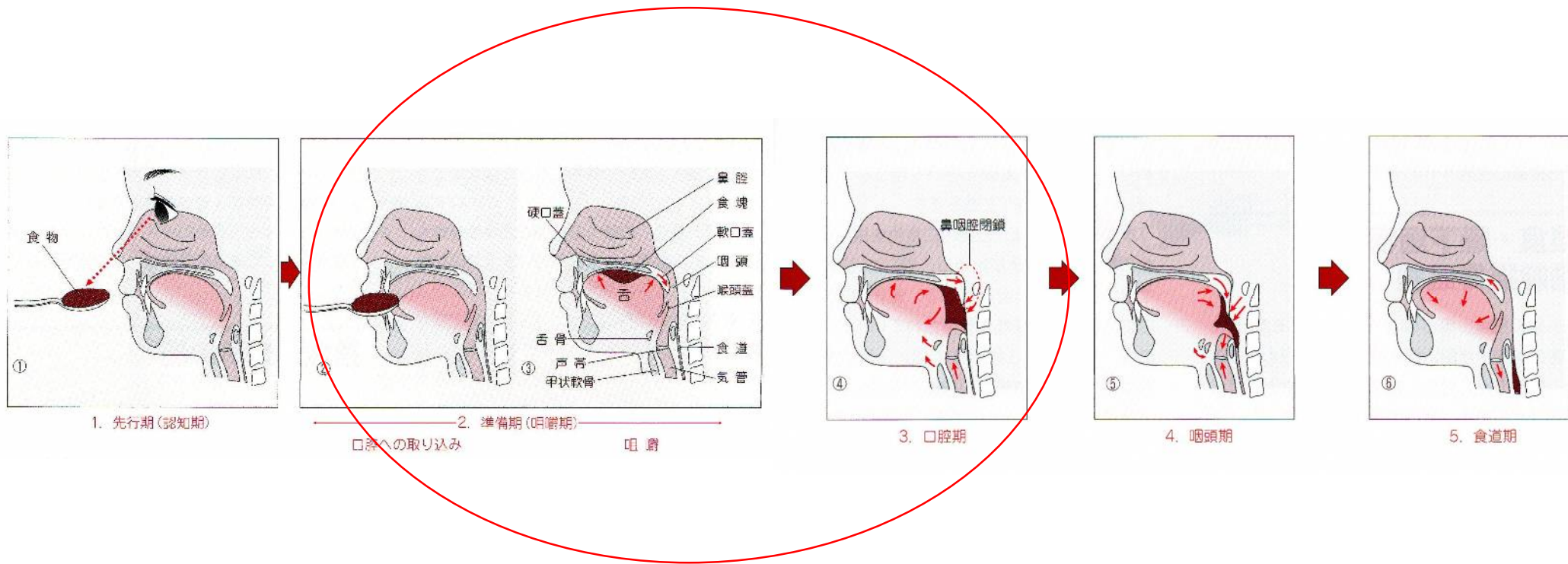
- ① 自立度（自力摂取・介助）
- ② 年齢
- ③ 運動機能
 - ・ 臥位レベル（自力座位がとれない）
 - ・ 座位レベル（自力座位ができる）
 - ・ 立位レベル（立つこと、歩行可能）
- ④ 口腔運動機能（送り込みの機能）
- ⑤ 嚥下機能（VF:嚥下透視検査、VE:嚥下内視鏡検査）
より客観的な検査実施の経過の有無やムセの状況

③運動機能

- ・ 身体は構造的な特徴の影響を受ける
 - ・ 人の体には不安定な部分がある
 - ・ 構造的に動きやすい運動の方向がある
- よく動く首は十分な運動機能を獲得していない場合、非常に不安定
- 首は脊柱の影響を受ける
- 頭はとても重い為、支えるために十分な筋力が必要



④ 口腔運動機能（送り込みの機能）



この視点でそれぞれの方を観る

| | Aさん | Bさん | Cさん |
|-----------------|-------------------|--------------------------|---------------------------------|
| ①自立度 (自力・介助) | 自力摂取 | 介助 | 介助 |
| ②年齢 | 30代 | 30代 | 40代 |
| ③運動機能レベル | 歩行可能 | 臥位レベル (座位保持装置使用) | 臥位レベル (体幹のサポート が必要な電動車いすを使用) |
| ④口腔運動機能 | 咀嚼可能 食物形態：普通食 | 舌突出 (前後の動き) 食物形態：極刻み菜 | 咀嚼が一定程度可能 食物形態：普通菜 |
| ⑤嚥下機能 | 検査の経過：なし ムセ：なし | 検査の経過：あり ムセ：あり | 検査の経過：なし ムセ：あり |

※項目をクリックするとそれぞれの解説にリンクします。



首が上を向いた姿勢で飲む

テーブルが高すぎる

ひどい猫背

体幹が安定していない

足底が床についていない

イスからずり下がっている

円背を予防する

ベットや床に上向きに寝ることができますか？

- 上向きで寝るとしっかり身体がまっすぐになる場合、
重力に抗した姿勢を取った時に十分な筋力がないために、背中が
まるくなってしまう。→ 活動性を高めて筋力を維持する必要
- 上向きで全く頭がつかない場合、高い枕が必要な場合、
背中の骨が不可逆的な変形を起こしている可能性が高い
→変形の進行を予防するとともに環境での対応
- 上記の二つの要素がまじりあっている場合、

運動機能レベル

- 自力座位が取れない場合、「姿勢負担」と言って体幹から上がどちらかの方向に崩れてしまいます。
- そのため、姿勢を起こしすぎないことも非常に重要です。
- つまり、背中を倒した姿勢で食べることになります。
- 結果として背中を倒して食べる場合、送り込みが難しい場合にも使う姿勢です。
 - リクライニングしていても顎を引いた頸部の位置が重要です。

リクライニング姿勢を考えるときのポイント

- 持っている車いすのリクライニング、ティルト可能な幅を確認する
- ゆっくりリクライニングやティルトを調整しながら、首が落ち着く位置を探る
- 運動のパターンとして背中に押し付ける方はリクライニング姿勢を取りやすいが、首を前に起こすタイプの方は微妙な位置合わせが必要。
- リクライニングを倒すと食器の中が見えにくくなるため、覗きたい人は首を起こしてくることが多い。その反応も見ながら調整する必要がある。

姿勢負担や口の機能だけを考えるのではなく、
トータル的にその人を見る必要があります。
三角マットやギャッジアップの側臥位で食事
をしている人も知っています。

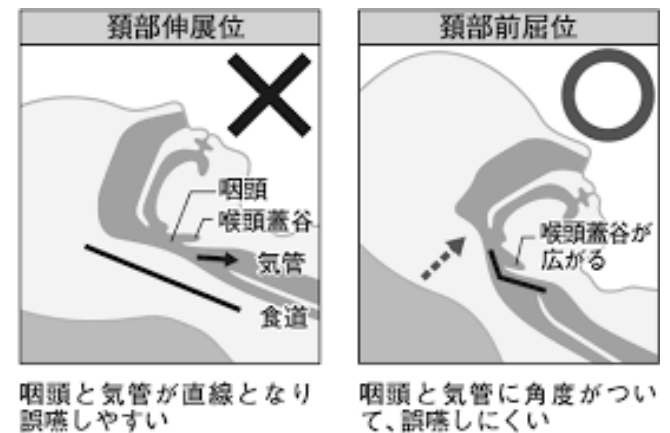


首の不安定さ

ネックロールは何のために使用するのか？

を理解する。首の不安定さがある利用者の場合、口を開けようとすると、顎関節ではなく、首を後ろに傾ける（頸部伸展）動きになりやすい。さらに取り込み後、口の中で送り込もうとするために頸部伸展になりやすい。

しかし、頸部伸展位は誤嚥しやすいため、食事介助で最も気をつけるべきポジショニングです。



これらを受けて、ネックロールを考える

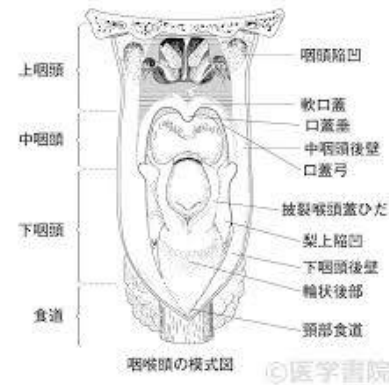
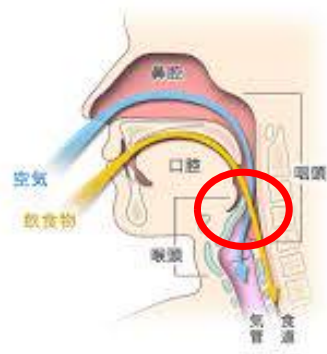
ポイント！

- 素材（かたさ、タオルの巻き方）
- 首にどう巻くか？
 - ・不安定さをサポートする
 - ・口の動きを制限しない
 - ・ある程度の職員の介助に対応できる

首の側屈、横に倒れることのリスク



VE映像。喉頭蓋周辺。



VF正面映像。

首が側屈すると、

「介助がしにくい。取り込んでもらいにくい。」

と感じるが、喉の奥を通過する（嚥下反射のタイミングで）垂直を保っている方がよい。嚥下まで持ち続ける。

気を付けること！

首から下で強い側弯があることに影響されていることも多いため、頭の位置を修正することで逆に捻じれが生じる場合もあることに注意する。

まとめ

食事姿勢はとても多様な要因によって影響を受けます。

要因は並列ではありません。

その利用者にとって最大の要因は何かを考え、折り合いをつける必要があります。

重心タイプの利用者さんについては、典型的な重心の方の変形拘縮に影響されています。

今一度、変形・拘縮についても考えるとよいでしょう。