

Nutrition Support Times



必見!!《姿勢》PT・OTの助言

今回は姿勢に注目です!!

食事をとるという行為は、食事に必要な座位の姿勢保持能力、口に取り込んだ食物を胃まで安全に運搬するための摂食・嚥下能力、食物把持と口までの運搬のための上肢操作能力が必要となります。特に姿勢保持能力と摂食・嚥下機能は切っても切り離せず、強いつながりがあります。

スムーズに摂食・嚥下が行えるための姿勢のポイント

- ① ギャッジアップ 30 度以上の座位をとることができる
- ② 頭頸部が軽度あごを引いている
- ③ 上肢を使用しても体は対称性を維持することができる
- ④ 嚥下にかかわる頸部周囲の筋肉がリラクセスしている

① ギャッジアップは 30 度以上にして食事を行きましょう。

重力により食塊が食道に流れやすくなります。

また、ギャッジアップ 60 度以上の座位が可能な場合は車いす座位での食事を勧めましょう。患者さんにとっては、離床の機会となります。

② 頭頸部は、20～30 度あごが引いている状態が適切とされています。(図 1) 口腔から食塊を咽頭に送り込む口腔期に、あごが上がっていると、口腔と咽頭は一直線に並んでしまい、急速に食塊が送り込まれるため、結果むせてしまいます。逆に、あごを引きすぎると、口腔と咽頭は弓の端と端のような位置となり、食塊を送り込むのに口腔期の機能は平常の力よりも数倍の力を必要とします。



図1 ギャッジアップでの座位姿勢

そのため、適切な角度で頭頸部を保持できない人には、枕や折りたたんだタオルを挟み固定しましょう。

③と④の関係性は強く、人は倒れそうになると、自然と倒れる側の手で体を支えたり、体を緊張させて倒れてしまうのを防ぎます。そうすると必然的に肩

から頸部にかけての筋肉は緊張し、摂食・嚥下に必要な筋力はうまく使用できず、誤嚥してしまったり、食事の途中で疲労が強く中断せざるをえなくなります。

そのため、左右対称に姿勢を保ち、楽な姿勢で食事を取ってもらうことがよいとされています。**ベッドや車椅子と体の間に隙間がある場合は、クッションやタオルなどを挟みましょう。**

さて以上の点に気を配り患者さんの食事を改めて見直してみてください。どうでしょうか？無理な姿勢の患者さんはいませんか？

最後になりましたが、嚥下回診には理学療法士・作業療法士も同行していますが、普段より食事の姿勢に関して困っている患者さんがいる場合は、気軽に担当セラピストに声をかけてください。

NCM 講演会予定

月日	内容	担当
5/22	スクリーニング・アセスメント	堤看護師、有岡
6/26	栄養超基本	東別府先生
7/24	経腸栄養について&試飲会	東別府先生
8/28	周術期の栄養について	小林先生
9/25	PEG について	三木先生
10/23	肝臓の栄養について	福島先生
11/27	腎臓と栄養について	田路先生
1/22	免疫と栄養について	永井先生

NSTカンファレンス・回診

毎週水曜日 pm1:00～8 北(861) NSTカンファレンスルーム

—コスト削減—

NSTの活動目的の一つとして院内のコスト削減がある。病院の収支は各部署で見るとはならず全体で取り組むことに意義がある。患者の在院日数を減らすこと、余分な抗生剤を使わない、静脈栄養より経腸栄養、絶食期間をなるべく減らす、ハーフ食への取り組み、食事のオーダーミス、無駄な材料の見直し、保険適応外の処方などまだまだたくさんあるだろう。そのときだけ考えれば小さな出費だが年間にするともすごい金額となる。スタッフ一人ひとりの自覚と全体の収支バランスを理解し目標を設定し毎日のコツコツとやっていく必要があるだろう。NSTはもっとそういったことを声に出して勧めていかなければいけないのかもしれない。栄養状態の悪くなりそうな患者をより早く見つけ出し、フォローすることによって患者が快適で病院がよりよい経営が営めるはずだから

スタッフ勉強会

スタッフ勉強会ではNSTのレベルアップのための勉強会をスタッフ中心に行っています。その中では直接患者に必要なPEG患者への固形化の実習や簡易懸濁など実践練習も行っています。栄養療法のテクニックや知識をもつだけで患者にとってQOLはどれだけ向上するでしょう

か。是非参加して普及させていただきたいと思います。

