

嚥下障害とは、飲み込むための機能が障害された状態をいいます。
 障害の程度は個人差がありますが、料理形態の工夫により飲み込みやすくすることができます。

♡♡当院の嚥下食の紹介♡♡

摂食・嚥下機能の程度により、開始食・嚥下食1・2・3・4・5の6段階があります。

食種	主食の形態	副食の形態	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	レベル
開始食		エンゲリードミニ(グレープ)	54	0	L0
嚥下1	おもゆゼリー	ゼリー状	550	15	L0
		(実なしすまし汁・実なしみそ汁・果汁・濃厚流動)			L1
嚥下2	ミキサーとろみ粥	ペースト状	800	25	L2
嚥下3	ミキサーとろみ粥	ペースト状 (副食は嚥下2の倍量)	1,100	25	L3
嚥下4	全粥	ソフト食(固形とトロミ状)	1,250	35	L3
嚥下5	軟飯	ソフト食(固形とトロミ状) (副食は嚥下4の倍量)	1,400	45	L4

嚥下ピラミッド

注意：嚥下食だけでは、栄養量が不足する為、他の栄養補給を考慮してください。
 嚥下障害の程度・摂取量により、主食の種類及び量の変更が可能です。

★開始食（エンゲリードのみ）★嚥下1（ゼリー食）

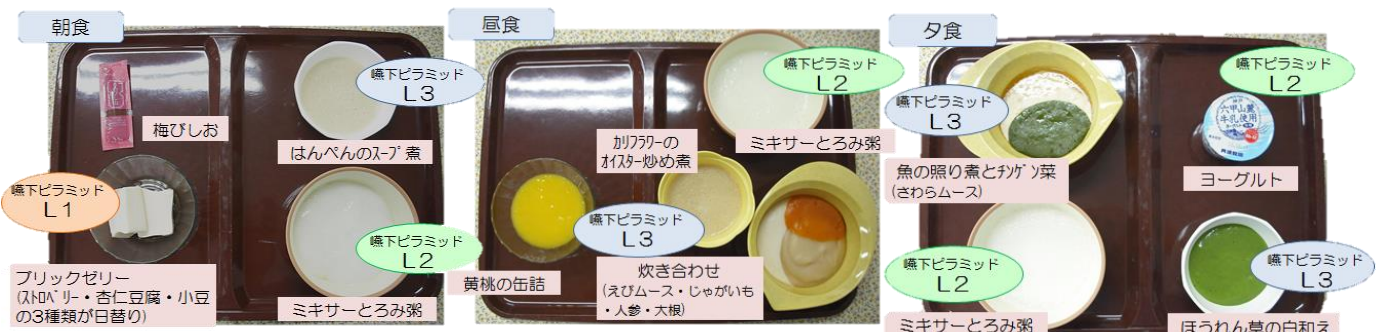


エンゲリード（ぶどう味）



ゼリーには、ソフティア（ゲル）を使用
 ブリックゼリーや濃厚流動ゼリーを使用し
 エネルギーアップを図っている。

★嚥下2・3（ペースト食）



(上記写真は嚥下3)

主食のミキサー粥には、ソフティアUを使用し、ミキサーとろみ粥として提供。
 粘りの強い食品を使用しない。
 魚・肉類はムース食を利用している。ミキサーにかけた後、とろみは増粘剤にて調整。
 嚥下3は、主食副食ともに、嚥下2に準じているが、副食の量は倍量になっている。

★嚥下4・5（ソフト食）



（上記写真は嚥下5）

主食は全粥（7分粥・5分粥・3分粥・ミサ-粥・ミサ-とろみ粥からも選択可能）
 形のあるものを軟らかく、嚥下しやすい食材・料理を使用している。
 魚・肉類はムース食を利用し、汁物にはとろみをつけて提供。
 野菜は極きざみにあんやとろみ（増粘剤使用）をつけて提供。
 嚥下5の副食は、嚥下4に準じているが、量は嚥下4の倍量になっている。
 食事量が安定して摂取でき、嚥下食のみで栄養量を確保できる。



そのままでは飲み込みにくい食品例

①さらさらした液体	水・お茶・コーヒー・ジュースなど
②硬いもの	りんご・ごぼう・たけのこ・いか・たこなど
③パサパサしたもの	食パン・カステラ・高野豆腐など
④バラバラになるもの	クッキー・ナッツ類・寒天など
⑤口の中に貼りつくもの	わかめ・のり・葉菜野菜・もなかの皮・ウェハースなど
⑥粘りが強いもの	もち・だんご・芋類の硬いマッシュなど
⑦酸味が強いもの	酢の物・柑橘類
⑧水分と固形物に分かれるもの	汁物・高野豆腐など
⑨すべりがよすぎるもの	ところてん・こんにゃく・麺類

☆ 食べやすい食事の形態は個人によって異なります。嚥下食や料理法など詳しい内容については、栄養指導時に管理栄養士より説明させていただきます。
 栄養指導を希望される方は、主治医にお申し出ください。
 （家族の方だけの相談も可能です。）

