

令和7年度 第2回

地域を紡ぐ^①看看^②連携セミナー



※イラストの無断転載・AI学習・複製を禁じます。

「摂食嚥下障害の簡易評価方法と
誤嚥予防方法のスキルを身につける」

講師 旭川医科大学医学部看護学科看護学講座
(在宅看護学領域) 教授

山根由起子先生



～病院×地域の摂食嚥下サポート実践～



「おいしく食べたい」「まだ食べられる」— そんな声に応えるために
地域と病院でできる支援のかたちを一緒に学び、考えてみませんか



今年度のセミナーは、シリーズ実践企画として開催されました。第1回は旭川医科大学医学部看護学科看護学講座 在宅看護学領域 教授 山根由起子先生より「知識編」としてご講演いただき、第2回は引き続き山根教授を講師にお迎えし、「実践編」として、セミナー初の学内外対面形式で実施しました。今回は、摂食嚥下障害に対する実践的スキルの体得を目的としており、学内から16名、学外から15名、計31名が参加しました。短時間ながらも、山根先生のユーモアあふれる親しみやすい語り口と、豊富な知識に裏付けられた技術指導により、会場は終始和やかな雰囲気になれ、時間はあっという間に過ぎました。

以下、当日の講義・演習内容をご紹介します。



簡易評価方法

- スクリーニングシートの紹介
- 二人一組になり、簡便な誤嚥スクリーニングの演習

反復唾液嚥下テスト

手技を学びつつ、30秒間に何回唾液を飲み込めるかを実践しました。3回未満の場合は異常と判断されます。今回の演習では、参加者のうちお一人が該当し、笑いを誘っていました。



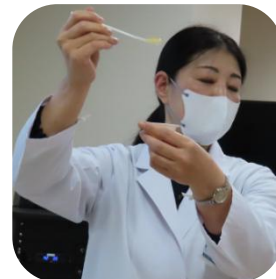
改訂水飲みテスト

3mLの水を自然に嚥下できるか、その方法を確認し、誤嚥の可能性をスクリーニングする基準を学びました。



食物テスト

スライスゼリー法を用い、高さが出ないようにゼリーをすくって舌の上に置き、嚥下後に反復嚥下を2回行って評価しました。ゼリー作りに苦労する場面もありましたが、山根教授は会場を巡回し、丁寧に指導してくださいました。



頸部聴診の演習

食塊の嚥下時の音と、嚥下前後の呼吸音を確認するもので、指定位置にベルを浮かさないように軽く当てて聴診しました。ゼリーを飲み込む際に「ゴッ」という嚥下音を確認し、呼吸音の変化も合わせて観察しました。高齢者や片麻痺のある方では左右差が生じやすく、両側を確認することの重要性も学びました。



誤嚥予防方法

● とろみの調整演習

本日使用したとろみ剤では、薄いとろみは 100mL のお茶に、トロミアップ 1g を少しずつ加え、混ぜながらダマにならないように作製し、3 分待つととろみが安定します。とろみ剤を入れる前に液体をくるくる回して渦を作ることがポイントです。中間のとろみは 2g で作ります。濃くしすぎると咽頭に残留しやすいため注意が必要です。また、炭酸入りとろみを試飲する体験もあり、ファンタグレープに炭酸とろみをつけてもシュワシュワ感が残り、美味しく摂取できることに感動しました。



感動の美味しさ！

● 姿勢の講義

食事時の安全な体位について学びました。車いすでは背もたれのたわみを補うためにクッションやタオルを使用しフィットさせることが大事です。足台を設置して足底を床につけることで嚥下や咳払いがしやすくなります。食事介助時には介助者が立って食べさせると顎が上がり誤嚥のリスクが高まるため注意が必要です。ベッドでは、頭部をベッド上端まで挙げ、ギャッチアップ角度に応じてバスタオルの厚さを調整し、頸部前屈の姿勢を確保することが推奨されました。また、息こらえ嚥下法を行うことで、誤嚥を繰り返していた方でも誤嚥しなくなった症例についてお話がありました。訓練を通して、誤嚥を防ぎながら患者さんが食べる喜びを享受できることを改めて感じました。

- 演習後の質疑応答：時間がたっても固まらないとろみ剤はあるのですか？→どれをつかっても時間が経つと、とろみ度が増していくため、その都度飲む量を作り、作り置きは避けたほうが良いとご回答いただきました。

● 車いすの座面やベッドポジショニングの体験（セミナー終了後）

山根教授と交流しながら時間のある方にご参加いただきました。講義内容を踏まえて、車いすやベッドでの誤嚥を予防するポジショニングを体験しました。



 まとめ・セミナー直後アンケート

今回初の対面形式での実技セミナーでしたが、演習内容に加え、これまで会う機会のなかった自治体保健師との情報共有の方法について意見を交わしたり、実際の現場での困りごとを気軽に話し合ったりするなど、対面ならではの親しみのある交流の時間を持つことができました。アンケートの自由記載欄からも「受講を通して医療機関の看護職の皆様と知り合うことができた」との感想が寄せられ、顔の見える関係づくりにもつながったと感じます。

研修を終えた参加者からは「楽しかった」と笑顔で話す姿が多く見られ、満足度の高さがうかがえました。アンケート結果でも、「満足」「おおむね満足」が100%、「新たな学びを得ることができた」「おおむねできた」も100%という結果でした。また、「食べることは人が生きていくうえで大切なこと」「最期にビールが飲みたいという患者さんに飲ませてあげたい」などの自由記載からも、食べる喜びを患者さんに感じてもらいたいという看護師の思いが改めて刺激されたことがうかがえました。これもひとえに、講師の先生のご指導によるものと深く感謝申し上げます。

一方で、「第1回・第2回はいずれも地域との連携内容とは少し異なるように感じた」というご意見もあり、今後の課題として、現場の看護実践をどのように地域とつなげていくかを検討していく必要があると考えます。

次回は、今回の知識と演習を踏まえ、シリーズ最終回の応用編として「食べることをつなぐ看護」をテーマに、現場での困りごとを題材とした事例検討会を開催いたします。多くの皆さまのご参加を心よりお待ちしております。