

食べる人・介助する人へ 安楽と安心を提供できる

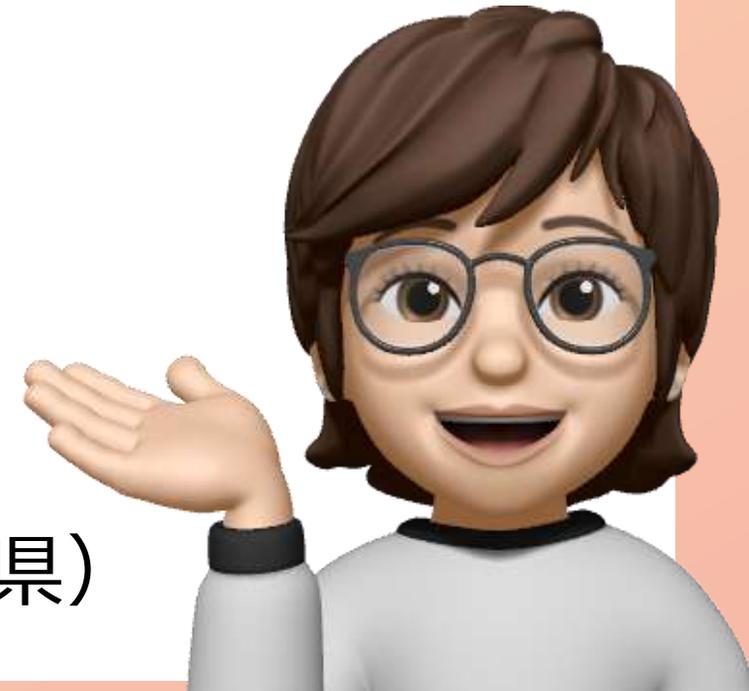
社会医療法人健和会 健和会病院

摂食嚥下障害看護認定看護師

福村弘子

自己紹介

- 完全側臥位発見者の福村医師の妻とともに嚥下障害治療・看護を研究
- **1995年～2003年脳神経外科勤務**中に嚥下障害看護を意識した
- 2003年**半年間**の摂食嚥下障害研修（聖隷三方原病院）
- **リハビリテーション看護**を経験し
摂食嚥下障害看護の重要性を実感した（山形県）
- **2004年～2015年嚥下担当看護師**として
院内～地域全体を担当（山形県）
- **2015年**健和会病院に入職
- **2016年**日本赤十字広島看護大学で研修（広島県）
- **2017年摂食嚥下障害看護認定看護師取得**



目次

- 完全側臥位姿勢の原理と姿勢介助方法
- 完全側臥位姿勢自力摂取と食事介助ポイント
- 一口量の違い
- 大切な工夫
- 姿勢介助ポイント実技

完全側臥位姿勢の 原理と姿勢介助方法



完全側臥位法

生まれながらの
自然な食べ方



完全側臥位姿勢とは

- 背中を丸をめて横たわった姿勢
- 重力を利用し食塊の流れを安全にできる姿勢



完全側臥位姿勢の原理・注意点

原理

- **食塊の流れ**を制御
 - 嚥下**前**誤嚥予防（嚥下反射惹起遅延）
- **咽頭貯留空間**を広げる
 - 嚥下**後**誤嚥予防（咽頭収縮力低下）
 - 一口量が増やせる。
- 全身の**筋緊張緩和**
 - リラックスできる。
- **腹圧**の低下
 - 摂取量が増える。
- **視認性**が仰臥位よりよい
 - 自力摂取が可能

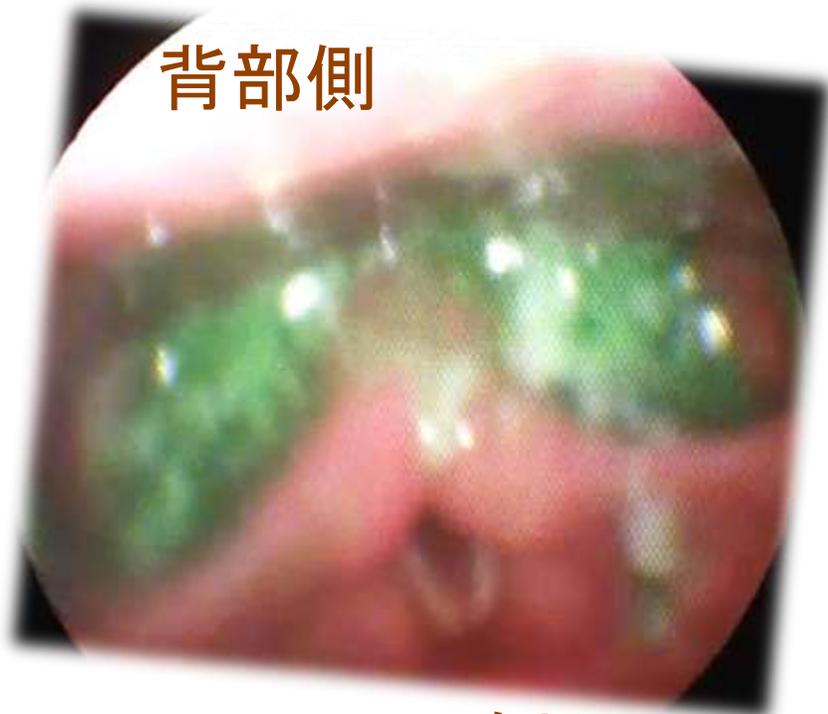
注意点

- 抵抗感（教育・礼儀作法）
- 口腔機能障害への対策が必要

- 褥瘡予防の工夫
 - 8cm以上の厚みの**低反発マットレス**使用
 - **エアーマット**の体重設定は通常の設定よりも**20kg～30Kg高く設定**
(底付きチェック必要)

重力を利用し食塊の流れを安全にできる

座位姿勢



口側

右完全側臥位



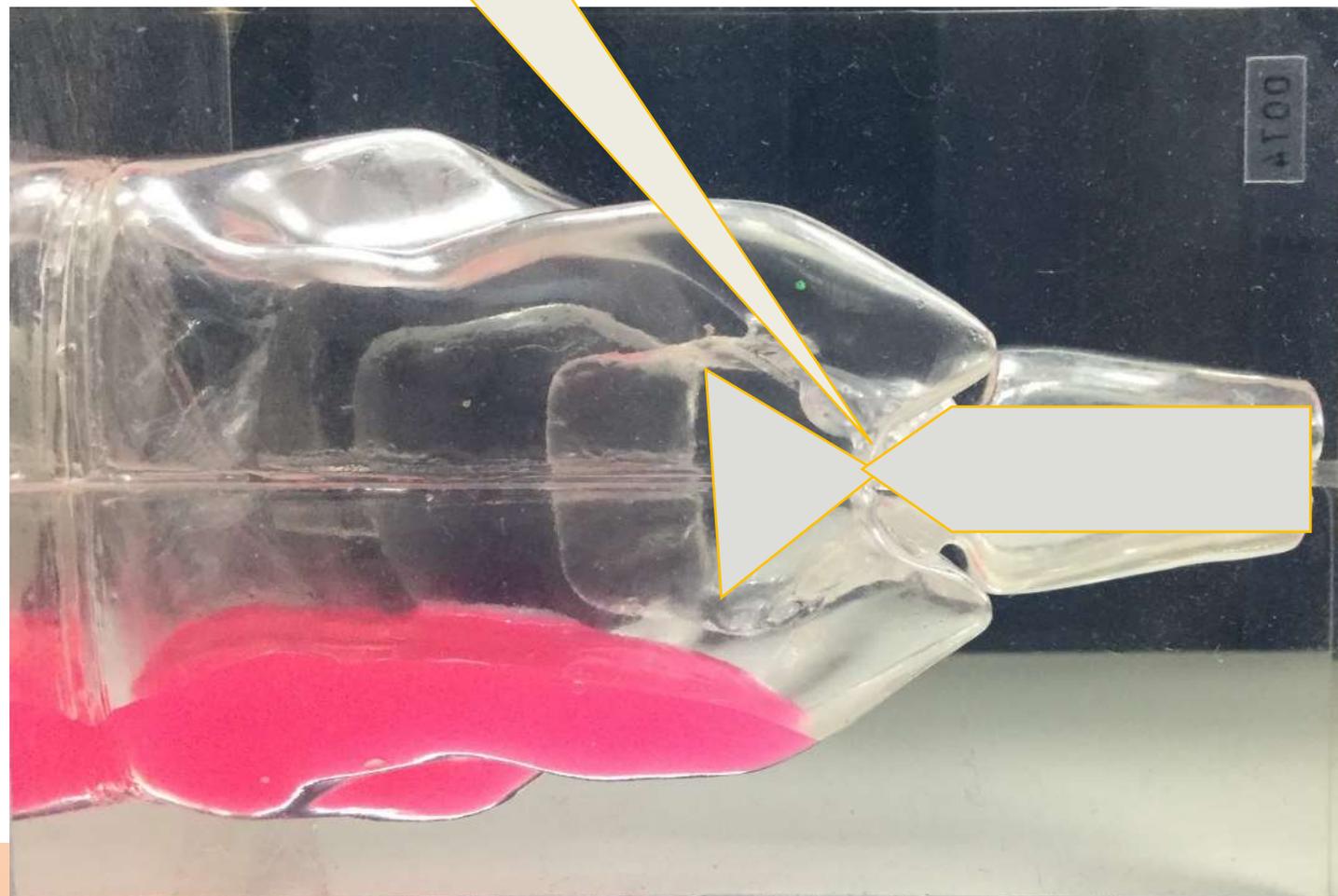
口側

重力方向



気道

と食塊との位置



重力方向

完全側臥位法のメリット

- 誤嚥しにくい
- 喉頭侵入物を喀出しやすい
- 嘔吐後の誤嚥を予防できる
- 一口量が増えると口腔内知覚が高まり
嚥下までの時間の短縮と嚥下回数が減らせる
- 食事中の疲労感が少なく必要な栄養が摂取できる
- 症例によっては自力摂取ができる



背部側

口側

姿勢介助で意識すること

- 介助は対象者の動きのお手伝い
- コミュニケーションを取りつつ、持ち上げずに
広い面を支えながら介助することで
対象者の緊張を最小限にした介助を心掛ける

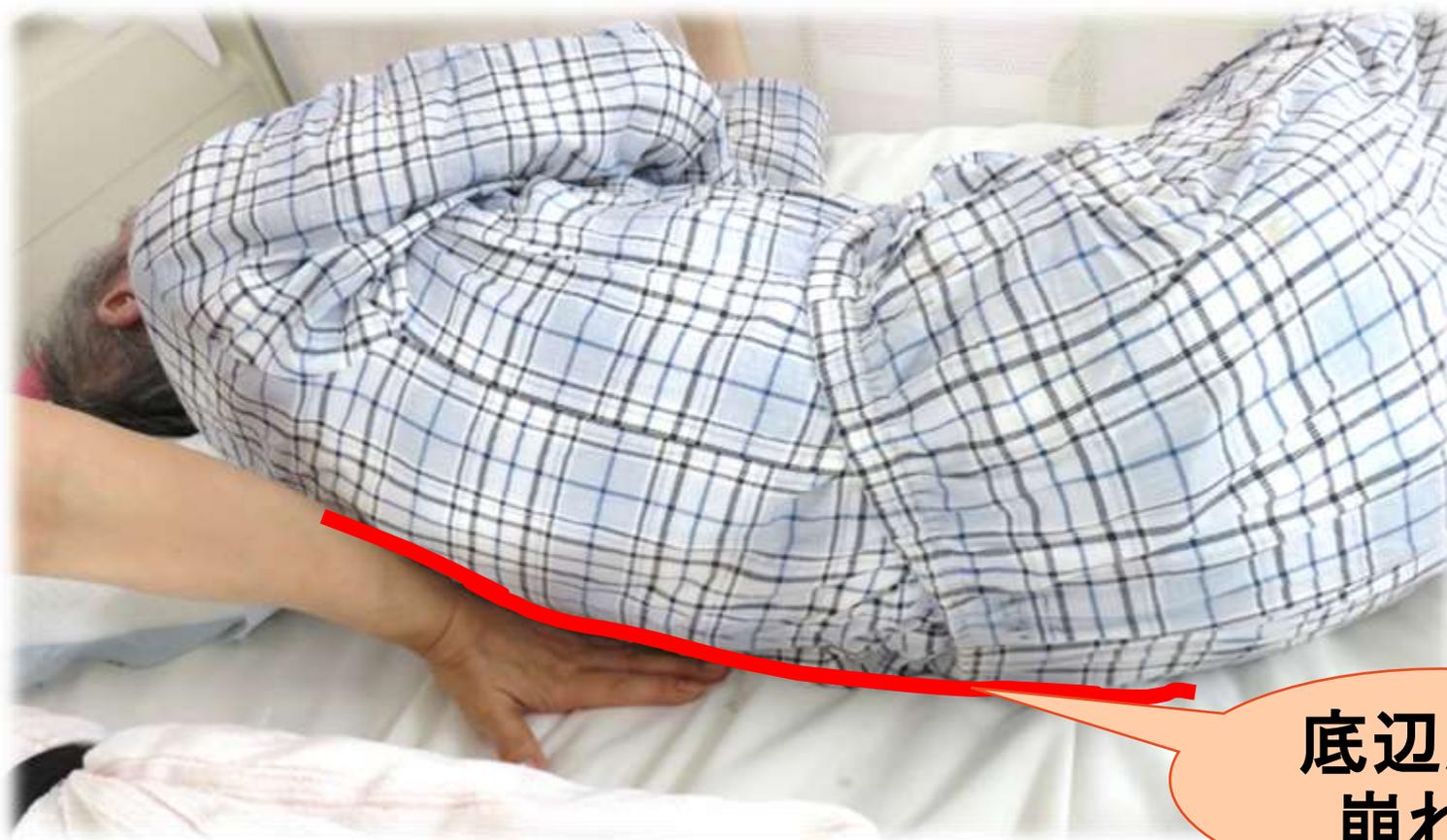


完全側臥位姿勢介助

姿勢が崩れる原因は？

- 安定した**姿勢**になっているか？
- **支え**は必要なところにある？
- どこかに**痛み**がある？
- 原因を探り、安楽な**姿勢**を目指す！！

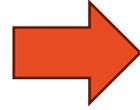
背部側への崩れの始まりは



底辺から
崩れる

背部側への崩れ予防方法

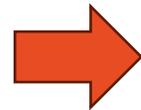
①大きめのバスタオルを半分に折る



丸みが足りない



②バスタオルを2枚重ねて丸める



③丸めた部分が10cm以上あるとよい



完全側臥位支援クッション
ピタットくん90ワイド



④一部残した部分を
しわが寄らないよう
に体幹の下へ敷く詰める

全身を支える方法

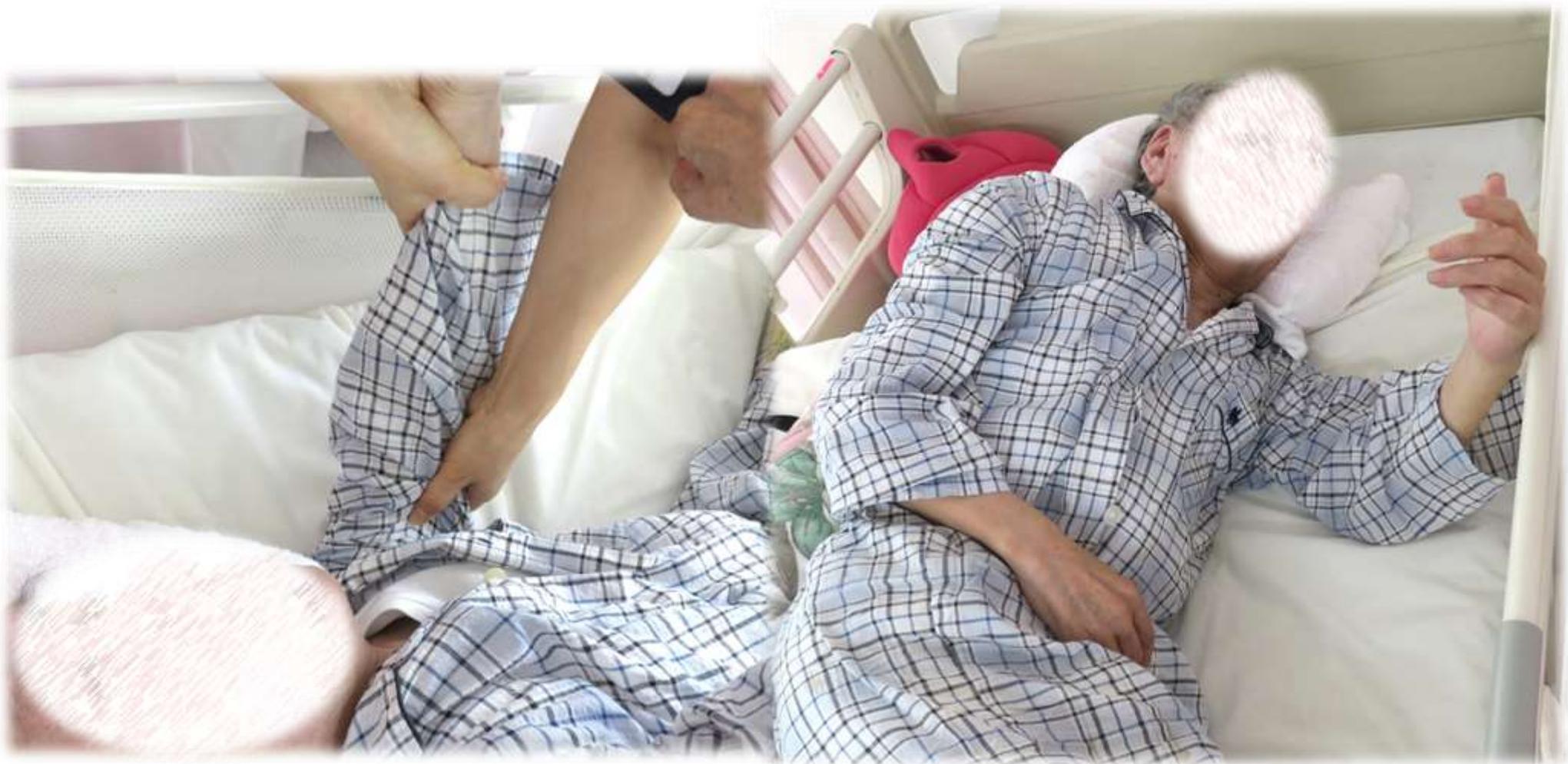
掛け布団を
斜めに巻く
毛布でも
OK



中央に
バスタオル
を巻き一部
残す



肘を引いて肩甲骨で体幹を支える



体幹・骨盤の下へバスタオルを差し込む



バスタオルの一部を
体幹の下へ差し込む



バスタオルやパジャマの
しわに注意！

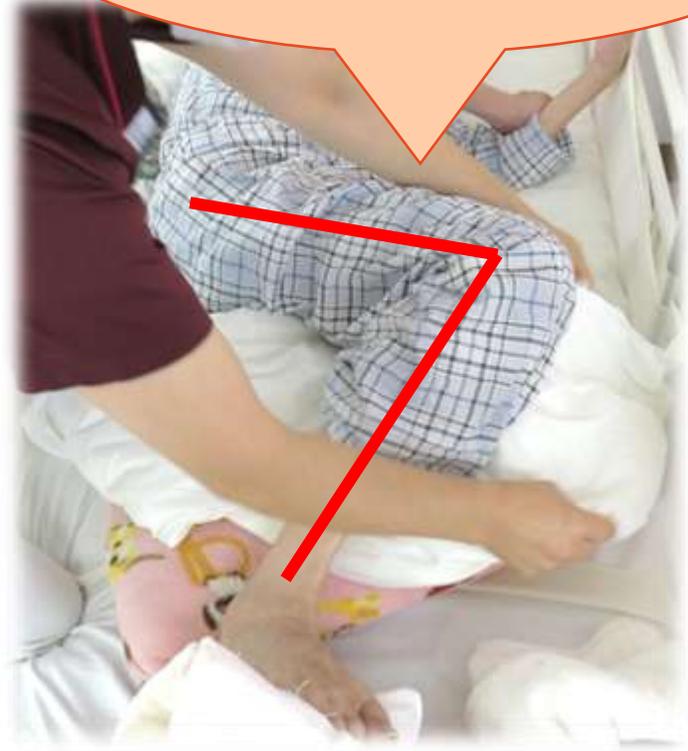
巻いた布団を体幹へ添わせる



巻いた布団を両下肢の間で挟む

上にある下肢は
屈曲し前方で保持
(骨盤の崩れ予防)

大転子と膝の高さ
を同じにして
股関節痛予防



クッションで
良肢位へ

体幹の前側への崩れ予防



大きめのクッション使用
クッションがなければ
掛け布団なので代用

前側への崩れ予防
肩と肘の高さを合わせ
肩関節痛予防



体幹は肩甲帯で支える



体幹を肩関節で支えると
肩痛に繋がりがやすい

完全側臥位頸部回旋



後頭部・体幹・骨盤を支えて後屈予防



ふたこぶラックン枕の
タオルは二つの枕で頭
をしっかり支えるため



一つのクッションで
後頭部を含め全身を支える

頸部回旋保持枕

えんげ
福むら式 嚥下対応枕
ふたこぶラックン



大きな枕の当て方
後屈予防の場合後頭部側
口腔期障害の場合顔側

頸部回旋が必要となる障害

- 口腔咽頭移送困難により食塊が口腔内に留まる
- 嚥下直後に残留物があふれ誤嚥の危険性がある場合
- 片側の喉頭麻痺による声門閉鎖不全
- 食道入口部開大不全による食塊の通過障害

頭部を安定させよう！

ふたこぶラックン枕がない場合 「福枕」の作り方



完全側臥位は
自力撮取ができる



リビングで食事

- ソファで自力摂取
- 背部への崩れ予防



茶の間で完全側臥位

スプーンのエ夫



座椅子を利用し
背部への崩れ予防



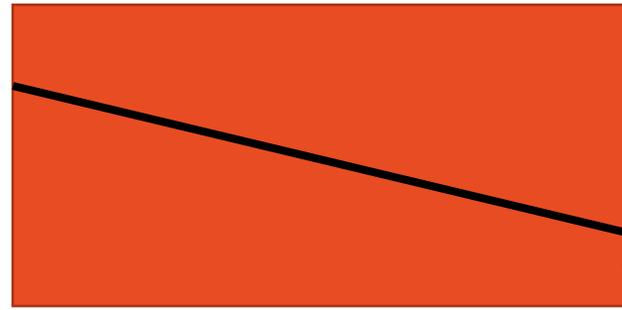
お菓子の箱を
利用した斜台

食事台の作り方

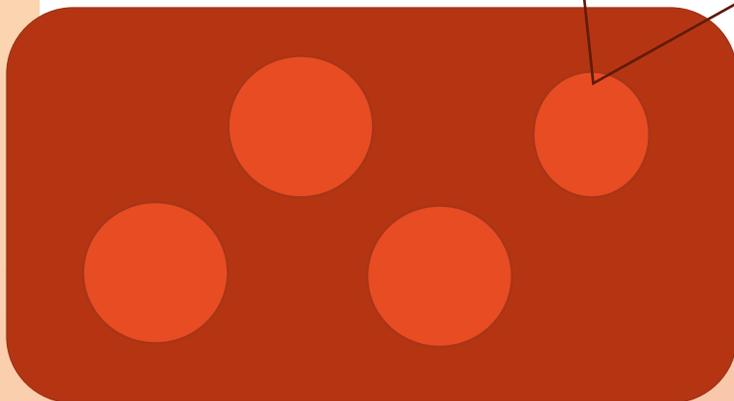
①カットする部分に線を引く



②高さを出すために一部残す



③食器の大きさに合わせ穴をあける



ベッド上で自力摂取

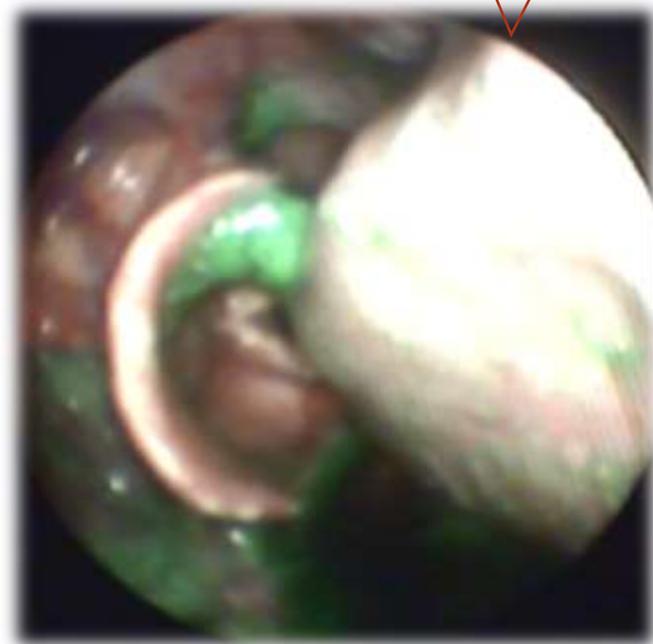
- 姿勢の安定
- 食材の見やすさ
- 食材の掬いやすさ



ディールームで自力摂取

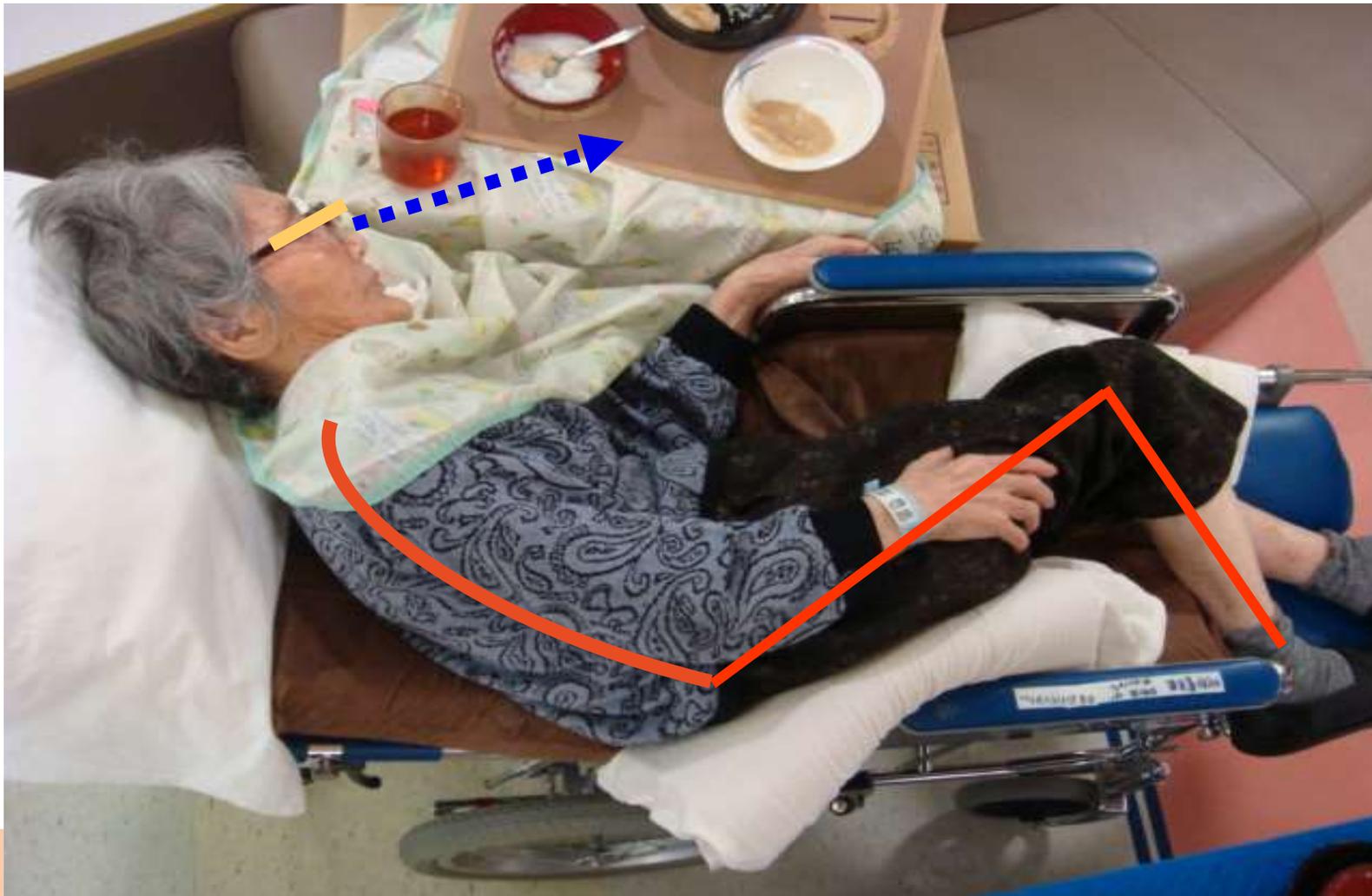


頸椎の変形により
食材の流れを阻害



座位と比べると約3倍の食材を咽頭側壁に溜めることができる。
誤嚥のリスクを軽減

リクライニング車椅子自力摂取



上肢機能低下



マグカップを逆さまに置くことで食材が先端に集まり取り込みやすくする(コップで受ける)



- スプーン使用困難
- マグカップの工夫

自助具の工夫



食事介助方法





機能に応じた食器選択

2人同時介助

骨盤を肘かけ
で支える

安全対策



低反発マットレス使用

一口量の違い

1. 口腔内**知覚を高める**：

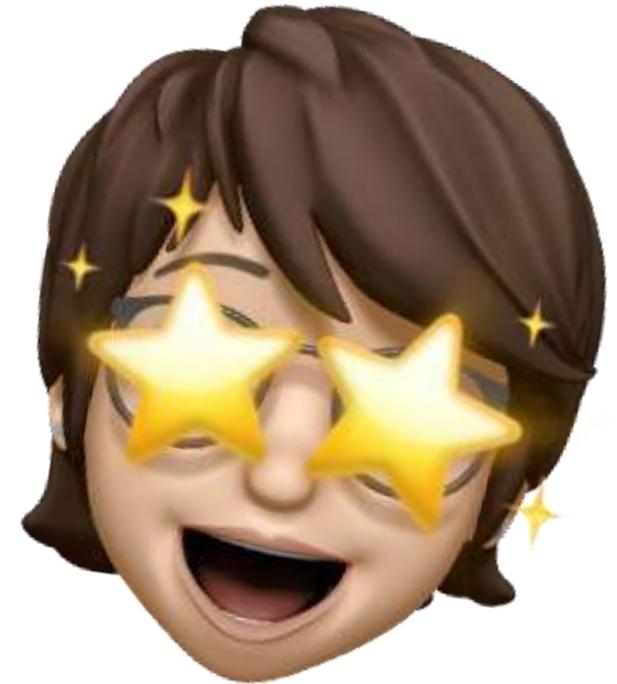
嚥下までに時間が短縮

2. 嚥下**回数が減らせる**：

1回の嚥下で沢山摂取できる

3. 食事摂取**時間が短縮**される：

必要量を披露しないで摂取できる



咽頭貯流量の違い

30度仰臥位では3~4g

完全側臥位では15~20g

溜めることができる。

実際に測定してみよう♪



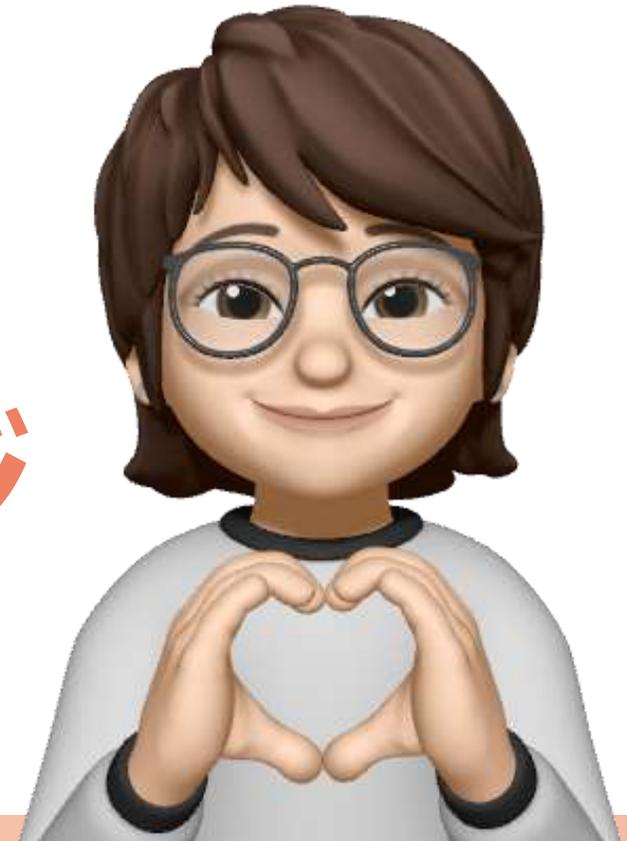
30度仰臥位

完全側臥位

<大切な工夫>

フィニッシュ嚥下と

食間の体位ドレナージ



フィニッシュ嚥下とは



経口摂取後はフィニッシュ嚥下

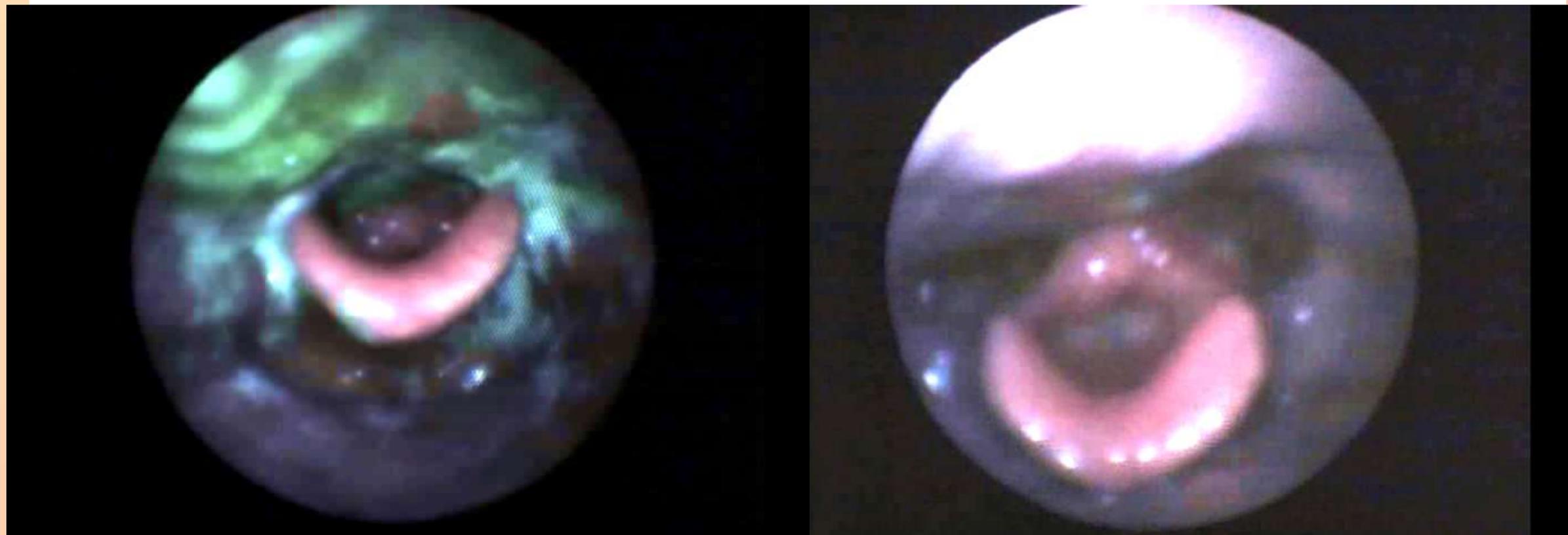
定義

咽頭残留物を誤嚥しても問題の少ないものへ置き換える

解説

- ◆タンパク質などを唾液と共に誤嚥させない
食事以外、おやつやジュースなどを摂取した最後に
必ずお茶や水を飲む
(トロミが必要な場合には使用する)

嚥下内視鏡でみた
フィニッシュ嚥下前後



食間の体位ドレナージ



嚥下反射惹起に影響する要素

- 味・温度差・量の3つ

<唾液は？>

- 唾液は体温と温度差がなく味がない
少量ずつ咽頭に流れ込むため嚥下反射惹起が起きにくい
- 唾液は1分間に約1cc（1日1.5L～2.0L）分泌される
⇒食事以外の時間もずっと対応が必要

誤嚥は嚥下反射の前後に多い

- 嚥下中は喉頭が閉鎖し誤嚥を防ぐ
- 嚥下反射前後は呼吸のために**喉頭は開いている**
- 嚥下反射前後の咽頭は**底に穴の開いたコップ**に似る
- 穴の開いたコップから**中身をこぼさない方法**を考えると**誤嚥の防ぎ方**が分かる

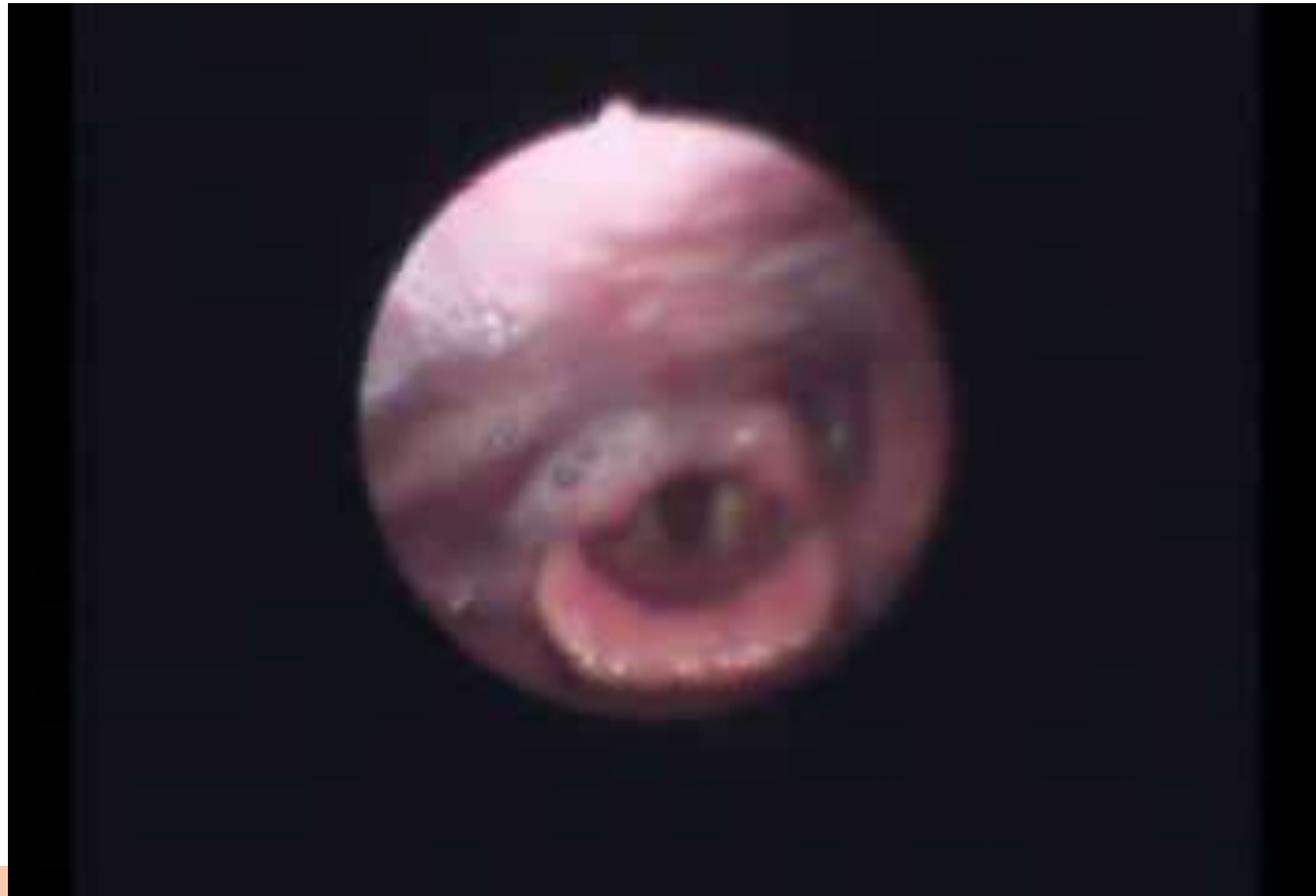


誤嚥は食事以外でも生じる

- 食事摂取以外の誤嚥は
唾液、鼻汁、嘔吐物、汚染物（口腔咽頭残渣など）
- 量が多いのは唾液、鼻汁
- 肺炎リスクが高いのは嘔吐物、汚染物
- 汚染物は唾液とともに誤嚥する
⇒ **唾液 + 汚染物誤嚥**が量が多くリスクが高い！
- 唾液誤嚥予防が食事以外リスク管理が重要
- **口腔ケア（汚染減少）と
体位ドレナージ（唾液誤嚥防止）が重要！**

ゴロゴロ呼吸の原因

(唾液では嚥下反射が惹起されにくい)



唾液誤嚥を防ぐには、姿勢の工夫

- 底に穴の開いたコップを思い出してみよう
- コップを横にすれば穴から漏れにくい
- さらにコップの上側を低くするともっとよい

⇒臨床的には、

横にする ≡ **完全側臥位**

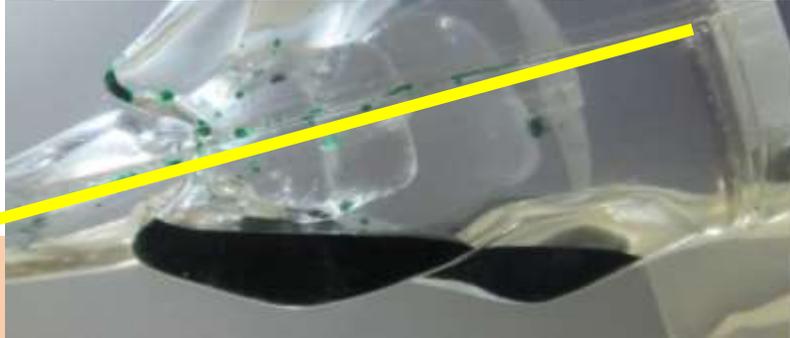
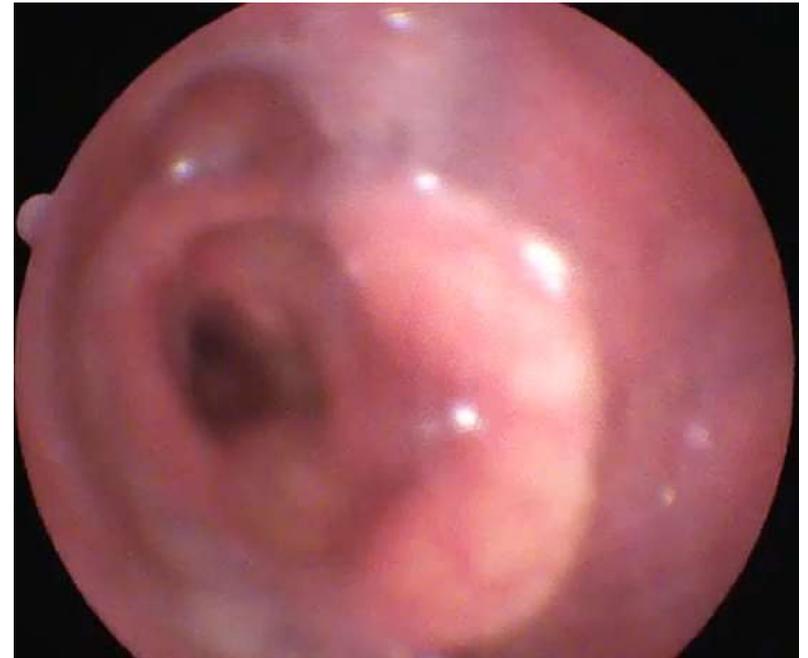
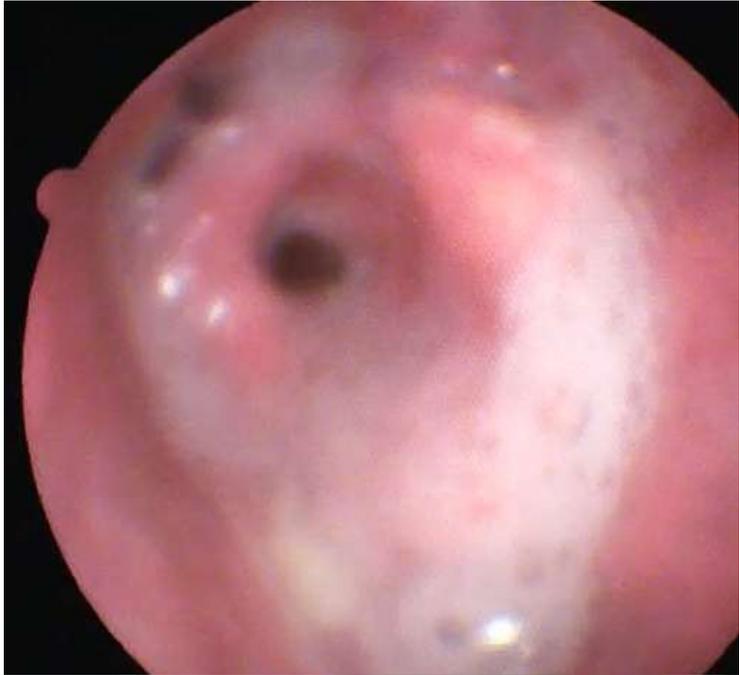
コップの上側を低く ≡ **頭側を低く、口を下向きに**

☆ 合わせると**回復体位**になる！

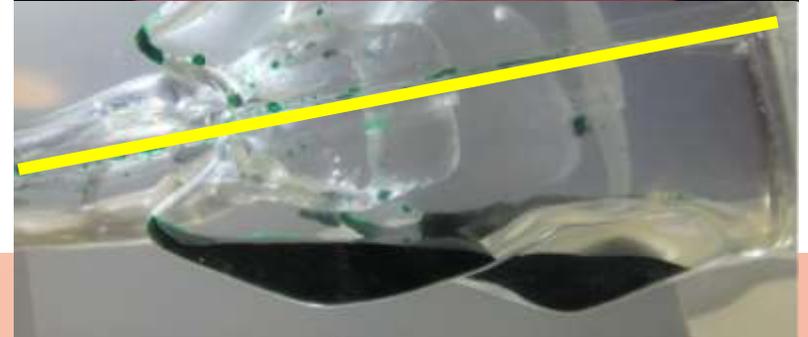


頭低位（頭を気道より低く下げる）

- ・体位ドレナージによる誤嚥物の排出
- ・下咽頭残留物の誤嚥予防



頭を下げると



食事以外の姿勢

顔は下向き

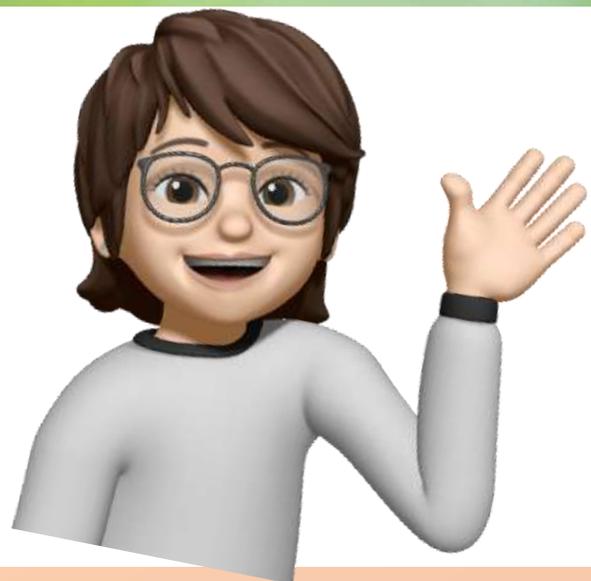


まとめ

完全側臥位法は

- 嚥下障害者の**肺炎・窒息・低栄養**を予防できる
- **安全な経口摂取**が可能となる。
- 回復に**必要な栄養**が短時間で**摂取**できる。
- 唾液誤嚥予防により**安楽な呼吸管理**につながる。

健やかな生活継続に欠かせない方法である



体験しましょう♪
姿勢介助ポイント実技