

2014年2月20日(木) ガーデンハウスはまむら 公開講座

嚥下障害と栄養

～高齢者の嚥下障害と栄養との密接な関係～

よねだクリニック 米田一彦



本日の内容

高齢化社会
生活習慣病の増加
脳梗塞、嚥下障害
誤嚥性肺炎、栄養障害

高齢者の嚥下障害
を理解し、正しい予
防策(一次、二次、
三次)を行う

誤嚥は避けては通れない
嚥下と栄養との密接な関係
誤嚥性肺炎の治療の難しさ
予防が大切

本人
食事の不安
入退院
家族
むせ、咳き込み
窒息、衰弱
関係者
介護スタッフ
ケアマネ、保健師
施設管理者

一次予防
生活習慣、介護予防、予
防接種、適正飲酒、禁煙
二次予防
早期発見、早期治療
三次予防
再発予防、
栄養アセスメント
リハビリテーション

嚥下機能を保つ
栄養状態を良好
に保つ
健康で長生きする

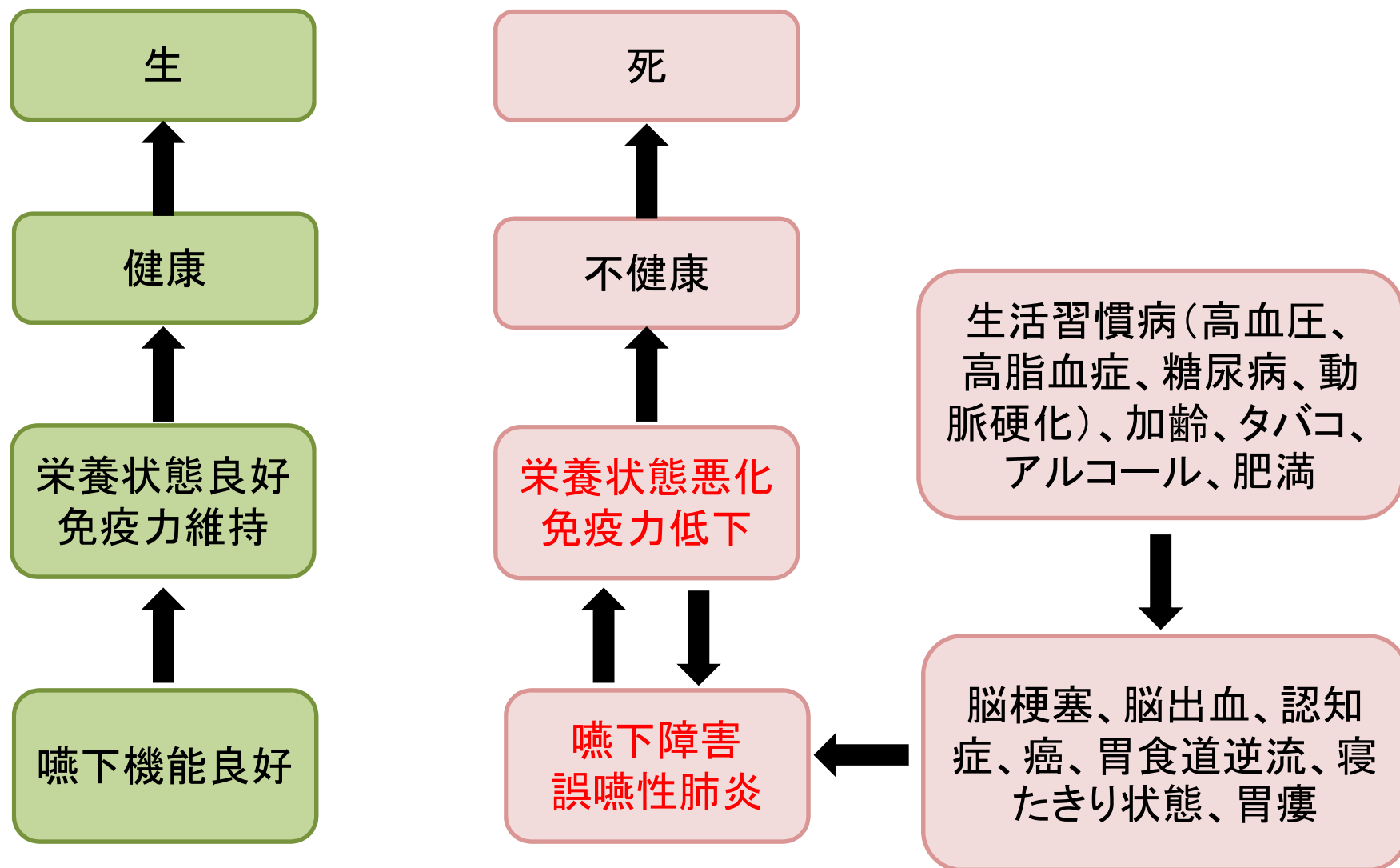
病態栄養専門医テキスト

- 本日の講演内容は、この教科書をベースに、誰にでも分かりやすいようにと心がけた。
- 高齢者を抱える家族、介護スタッフに、
「嚥下、栄養の重要性」
「誤嚥性肺炎の診断と治療」
「誤嚥性肺炎の再発予防」
「誤嚥性肺炎の栄養アセスメント」
を理解して頂くことを目的としている。
- これらを理解することで、
御家族は少しでも不安から解放され、
本人の介護のゴールを適切に設定でき、
介護スタッフの安心につながる。



日本病態栄養学会

嚥下、栄養の重要性



誤嚥性肺炎はなれの果て？

- 表に誤嚥性肺炎の原因を示す。
- 年をとって、様々な病気に罹り、寝たきり状態となった先に待っているのは、誤嚥性肺炎とも言える。
- 実際、総合病院において、治療が長引き、そのうち誤嚥性肺炎を起こして、呼吸器内科にコンサルトされる患者さんは多い。
 - 腫瘍内科：抗癌剤の免疫不全
 - 神経内科：脳卒中、認知症
 - 歯科口腔外科：舌癌
 - 消化器内科：食道癌、胃癌
 - 精神科：過鎮静
 - 脳神経外科：頭部外傷
 - 外科：周術期の嘔吐
 - 整形外科：骨折後のベッド上安静

1. 高齢者
2. 寝たきり状態
3. 免疫不全
4. 神経疾患
 - 脳血管性障害（急性期，慢性期）
 - 認知症（脳血管性，アルツハイマー型）
5. 口腔の異常
 - 歯の噛み合わせ障害（義歯不適合を含む）
 - 口腔内乾燥
6. 胃食道疾患
 - 悪性腫瘍
 - 胃食道逆流（食道裂孔ヘルニアを含む）
 - 胃切除（全摘，亜全摘）
7. 医原性
 - 鎮静剤，睡眠薬
 - 抗コリン薬など口腔内乾燥をきたす薬剤
 - 経管栄養（経鼻胃管，胃瘻）
 - 気管内挿管，気管切開，人工呼吸管理
8. その他
 - 意識障害，痙攣発作
 - 頭部外傷
 - 嘔吐

経腸栄養中に生じる誤嚥の防止策①

- 経腸栄養の最も重篤な**合併症**として誤嚥性肺炎があり、その防止策を講じる必要がある。
- 経腸栄養施行中の患者に誤嚥性肺炎が生じた場合、原因の少なくとも50%は**胃食道逆流**によるものといわれており、この予防は重要である。

1. 口腔ケア
2. 上半身を30～45° 挙上
3. 投与速度を落とす
4. 胃内残留量を定期的にチェック
5. 胃瘻では固形化を考慮
6. 経空腸栄養
7. 消化管機能改善薬
8. 脂肪投与量を減らす
9. 経鼻胃管をなるべく避ける

栄養アセスメント①

- どの程度厳密な評価が必要かは、疾患の重症度や予想される栄養障害の程度に応じて判断する。
- 病歴、栄養歴、投薬歴を聴取し、これらが栄養状態に与えている影響を評価する。
- 身体所見から脱水の有無や栄養状態を把握する。

1. 病歴

症状(嚥下困難, 発熱, 咳嗽)

生活習慣病(高血圧, 糖尿病)

既往歴(誤嚥性肺炎, 脳血管障害)

2. 栄養歴

食習慣 食事摂取量, 栄養バランス

3. 投薬歴, 常用薬

鎮静剤, 睡眠薬

4. 身体所見

意識(正常, 傾眠)

呼吸音, 心音

5. 身体計測

身長, 体重, BMI

6. 臨床検査所見

アルブミン

7. 嚥下機能評価

飲水試験, 反復唾液嚥下試験

鼻腔咽喉頭ファイバー検査

嚥下造影検査

栄養アセスメントの注意点

- 誤嚥性肺炎などの内科的疾患患者の多くは高齢者であり、多くの合併症を有し、普段の食習慣や食事摂取量も**個人差**が大きい。
- このような多様な背景を有する患者に、突然画一的な栄養療法を開始しても栄養障害が改善されるとは考えにくい。
- むしろ代謝異常(**高血糖**)や**下痢**を来したり、**誤嚥**を誘発したりして危険である。
- 上述の栄養アセスメントに基づき個々の病態に応じた栄養療法を行うべきである。

単に栄養を与えればよいというものではありません。
不足すると衰弱しますが、与えすぎるとむしろ害になります。

