

## ◀ 摂食嚥下障害の健診とその後の対応について ▶

前回は誤嚥性肺炎と早期発見・予防の重要性についてのお話でした。今回は摂食嚥下障害に関する健診、スクリーニング検査、内視鏡検査等についてご説明します。

摂食嚥下障害とは、食物を見て口まで運び（先行期）、噛んで食物を飲み込める状態にして（準備期）、喉に送り込み（口腔期）、ゴクンと嚥下をして（咽頭期）、食道に送る（食道期）までの過程に表れる障害のことです。

健診で実施する主な内容は、①誤嚥の有無を見つけ出すアンケート調査 ②唾液量の測定 ③自身の唾液を反復嚥下 ④コップの水を飲水 といった簡単なものです。その結果に基づき詳細に検査した方が良いと判断した場合は、検査項目を更に増やし精密検査として内視鏡を使用して飲み込みの状態を確認します。

以上の検査の結果を総合的に判断し、喉の筋力の低下がみられ、食形態の改善が必要となった場合は、筋力のトレーニングや食物の形態の改善を実施していきます。実際にこの一連で関わってくるのが、多職種による



「チーム医療」です。また、患者さんだけではなくご家族の協力も大切になってきます。詳しくは次回「チームで取り組むリハビリテーション」でご説明します。

(元輝新報平成28年4月号)

奥羽大学歯学部附属病院  
口腔ケア・摂食嚥下リハビリテーション外来  
准教授 鈴木 史彦



## 人生を豊かにする「噛み合わせ」の話

### これまでの生き方や生活を見直して正しい自己管理を

歯の意識の高い人に多い、「硬いものを噛むほどあごが強くなる」という思いこみ。よく噛むということは、噛む回数を増やすことであり、より硬いものを噛むこと、強い力で噛むことではないのです。よほど強いあごでない限り、毎日硬いフランスパンなどを食べ続ければ、あごや歯をはじめ、首や肩までダメージが。元々噛み合わせが良い人でも、悪化してしまうので避けましょう。

正しい咀嚼は、むし歯予防のためにも効果的です。歯の根元を取り巻く歯根膜には、クッション性があり、よく噛むことで1本1本の歯が微細に動きます。その動きによって、歯と歯の隣接した面が磨かれ、汚れが付きにくくなります。正しい咀嚼は、それだけで健康な口を育ててくれるのです。「顎関節症は口の中だけで生まれたのではなく、これまでの生き方や生活習慣の結果です。疾患を治す治療は必要ですが、本当の改善には、患者さんが自分の人生と向き合うことが大切」とのことです。

あごや歯のちょっとした違和感から、顎関節症などに気づく人は多いのですが、実はもっと以前から生活の中に、何か原因があったのかもしれませんが。なかなか気づきにくいことだけに、普段から自分の姿勢や食べ方、心の状態に少し意識を向けるだけでも、大きな予防になりそうです。



## 専門外来診療のご案内

一般的な歯科治療のほか、つぎの専門外来を設けて診断と治療を行っております。  
詳細につきましては、お気軽にご相談ください。

診療科	名称	内容
予診科	禁煙支援外来	喫煙をやめようとする方に禁煙に関する相談のみならず、禁煙支援プログラムに則り、禁煙を支援
総合歯科第1	歯周外科・組織再生外来	進行した歯周病の外科的治療および骨と歯肉の再生治療
	レーザー歯科治療外来	レーザーを用いた無痛的歯科治療
総合歯科第2	審美歯科外来	歯の色、形、歯ならびなどが気になる方の診断と治療
	噛み合わせ外来	噛み合わせが気になる方の診断と治療
	顎顔面補綴外来	病気により失った顔や顎の部分を義歯などの人工物で修復するための診断と治療
口腔外科	口腔悪性腫瘍(口腔がん)外来	顎口腔に発生した悪性の腫瘍に対する診断と治療
	顎関節症外来	顎関節の痛み、雑音、運動障害に対する診断と治療
	口腔内科外来	口唇や舌の感覚異常、味覚異常、口臭症、ドライマウス、口腔アレルギー、口腔粘膜異常等の診断と治療
	口唇・口蓋裂外来	口唇・口蓋裂患者さんの手術、哺乳指導および発音訓練などの治療
	口腔スプリント外来	スポーツ用マウスガードやいびき、歯ぎしり防止スプリント(マウスピース)の作製
歯科麻酔科	歯科ペインクリニック	難治性の口腔顎顔面領域の痛み、麻酔などの診断と治療
矯正・小児歯科	顎顔面変形症外来	噛み合わせと顎の変形を改善するための診断と治療
	予防歯科外来(小児)	むし歯や歯周病を予防するための診断と治療

### ◀ 診療のご案内 ▶

- 診療時間：月曜日～金曜日 9時～17時 (受付 8時45分～16時)  
土曜日 9時～12時 (受付 8時45分～11時)
- 休診日：日曜日、祝日  
年末年始(12月29日～1月6日)  
特別休業(4月29日～5月5日)  
夏季休業(8月12日～8月17日)