

栄養通！！ vol.10

平成 25 年 2 月発行

「栄養通！！」 10 号

発行責任者

多摩南部地域病院栄養科

当院の「^{えんげしょく}嚥下食」をご紹介します。

～飲みこみやすく工夫した食事について～

患者さんの中には、食べること、飲みこむことが上手くできなくなる方がいらっしゃいます。当院では、そんな方にも安全に食べることができるよう料理を加工し、少しでも口から食事をとっていただけるように努めています。今回は、当院でお出している、5段階の嚥下食をご紹介します。

なお、嚥下食は、医師が飲みこみの状態をみて段階を決めています。



種類	形態	献立内容 (例)		
飲みこみが難しい やや飲み込みが難しい	嚥下食Ⅰ	喉を、重みだけでスムーズに通過する	フルーツゼリー、 麦茶ゼリー 等	
	嚥下食Ⅱ	べたつき、ざらつきがなく、喉や口の中にくっつきにくい	重湯ゼリー、 味噌スープゼリー、 フルーツゼリー、ヨーグルト、 麦茶ゼリー 等	
	嚥下食Ⅲ	多少べたつき、ざらつきがある	重湯ゼリー、 絹ごし豆腐、 ペースト状のおかず、 ヨーグルト、 麦茶ゼリー 等	
	嚥下食Ⅳ	舌で押したとき、くだけない	ペースト状のお粥、 絹ごし豆腐、 ペースト状のおかず・果物、 ヨーグルト、 とろみ付麦茶 等	
	嚥下食Ⅴ	水分を多く含み、 やわらかく煮る *「一口大」「きざみ」「とろみ液のかかったきざみ」「ムース状」への変更も OK	お粥、 絹ごし豆腐、 肉や魚の煮つけや照り焼き、 芋の煮付け、 皮むき胡瓜のマヨネーズ和え、 種抜き梅干、 果物缶 等	

★安全で飲みこみやすい食事★

- ・冷たいか、温かいが、温度がはっきりしていること
- ・食材の大きさや硬さが均一であること
- ・口の中でバラけず、適度にまとまりがあること（ゼリー状、ポタージュ状、ピューレ状、マッシュ状、とろろ状：ゼラチンゼリーやプリン、ババロア等）
- ・一口は、ティースプーン一杯くらいの量にする。
- ・はっきりした味付けのもの（表面をやや濃い目に味付け）



★飲みこみにくい食事★

- 喉に張りつきやすいものは避ける
（ワカメ、のり、皮付きトマト、こんにゃく、きな粉、もち、パン等）

