



西新潟中央病院

NST NEWS 第54号

NST: Nutrition Support Team

発行日：2018年10月2日

担当：NST委員会

編集：栄養管理室

連絡先：内線1304

正しい食事の姿勢や自助具について

患者さんが安全にかつ安楽に食事や嚥下ができる環境を整える上で姿勢の調整は、食事をする準備段階としてとても大事になってきます。また、麻痺や可動域制限などにより、思うように食事が摂れない方には、自助具を使用することにより患者自身で食事が可能となります。

今回はリハビリテーションの観点から食事の姿勢、自助具などについて簡単にお話しさせていただきます。

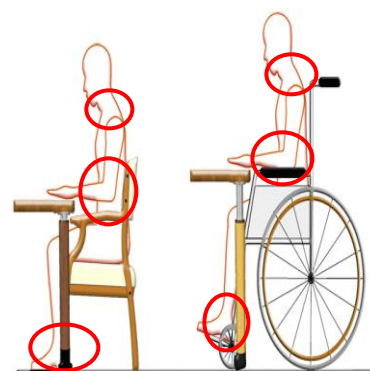
1. 正しい食事姿勢(座位・車椅子座位)

✓ あごは引き気味で体はやや前傾姿勢

首の筋肉が適度な緊張を保つことで嚥下しやすくなる。また、咽頭から気管への角度が付き、食物が食道に流れ込みやすくなる。(誤嚥予防)
重心が支持基底面内に位置し、座位が安定する。

✓ テーブル・座面の高さは肘関節90度、膝関節が90度に曲がる程度でかかとが床につく高さ

足底に体重がかかることで覚醒が促され、座位も安定することで咀嚼する力も強くなる。



✦ 上記姿勢をとるために、必要に応じてクッションやバスタオル、足台などを用いて調整することも必要になってきます。また、患者さんの身体状況は様々で必ずしも基本が当てはまるとは限りません。まずは患者さんの姿勢を評価した上で環境設定をしなければいけません。

2. 自助具について

普通の箸やスプーンではうまく口まで食べ物を運べず、食べこぼしが多い。疲れてしまって自分で最後まで食べれない。そのような患者さんがいらっしゃったら、自助具を使用すれば自分で最後まで食べられるようになるかもしれません。自助具とは、身体の不自由な人が日常の生活動作をより便利に、より容易にできるように工夫された道具の事です。今回は、OT室にある自助具の中で3種類紹介していきます。

(1) 箸ぞうくん

普通の箸がうまく使えない人でもただ挟むだけの動作で使いやすくなります。握力の弱い人でも使えるようになっています。



(2) 曲げられるスプーン

スプーンの首や柄が曲げられ、口まで届きやすくなります。握力が弱く、食物を落としてしまう方には柄を太くすることで握りやすくなることも可能です。



(3) ウィール・スリー(小児用スプーン)

お湯に入れると持ち手の形を変えることができます。

スプーンを握れない人でも手にはめるだけでスプーンが使いやすくなります。



OTでは、細かい自助具の調整や本数は限りますが貸出も行っています。食事姿勢や自助具などについては担当のリハビリスタッフにお気軽にご相談して下さい。よろしくお願い致します。

《文責：リハビリテーション科 山本・窪田》