

こりやすいのか?食後、または食事時間以外に起こっているのか?を気をつけて見ていく必要があります。

次に咳、痰についてですが、咳は気管に異物(食べた物)が入ってしまい、咳で身体の外に出そうとする行為です。もし、食後に咳が集中していたなら、それは嚥下障害が起こっているかもしれません。また、痰についてですが、量や色はどうでしょうか?濃い色の痰が出ていると炎症を起こしている可能性があります、誤嚥している可能性があります。

次に食事の時間や食べ方の変化です。飲み込む力が弱くなり、食べた物を口の中に溜めて上手に飲み込めなくなってしまうと、食事に時間がかかってしまいます。今までに比べて、食事時間がかかりすぎていることはありませんか?飲み物や食べ物を、顎を上げて飲み込んだりしていませんか?唇の端から食べこぼしが多くないですか?これらは最初の摂食の場面で上手に噛む事が出来ていないのかもしれません。舌の動きが悪くなり、喉の奥に食べ物を送り込むことが出来ていないのかもしれません。

次に食欲や体重の変化があります。「むせる」のも、咳を何度もするのも、苦しくつらいことです。「むせる」のが怖くなると食欲の低下に繋がります。また、食べる機能が弱くなると食べる量が減り、体重の減少に繋がります。

次に食事の内容の変化や、好みの変化があります。固いものを食べたがらない、やわらかいものばかり食べたがる、水分ばかり摂る、そんな様子は見られますか?もしかすると、どこかに食べにくい原因があるのかもしれません。

次に口の中の汚れや食べ物が口の中に残るといった事です。食べ物を口の中でひとまとめにする力が減少すると、食べ物が口の中でバラバラになって広がります。食後、喉に何か残っているような様子があれば、飲み込む力が弱くなったために、「むせる」こともなく気道に入っている可能性があります。口の中を唾液できれいにする事が出来ず、いつまでも食べ物が口の中に残るといったことがあります。

最後に声の変化です。食後にガラガラした声になる方は食べた物が喉を通過しにくく、残っている可能性があります。

以上、主な症状をあげましたが、健康だから、まだまだ若いから誤嚥をしない、ということはありません。全ての人が誤嚥をするわけではありませんが、誰もが年齢を重ね、機能が衰えていく中で、「噛む」「飲み込む」という食べる機能にも影響を及ぼすことは避けよ

うがありません。誰にでも摂食、嚥下障害がおこる可能性があります。本人も、周りの人も、誤嚥が起こっていても気が付かず、高熱が出て、肺炎になってから病院へ運ばれるケースもありますので注意をしてください。

【来月号に続く】

活動報告(8月16日から9月15日まで)

活動日	内容
8/29	大阪市地域リハビリテーション協議会総会(大阪市役所)
9/4	近畿ブロック育成会連絡協議会(大阪育成会)
9/5	インクルーシブ教育推進室研修(大阪市教育センター)
9/7	第56回 近畿知的障がい者福祉大会 司会打ち合わせ
9/9	第1回 大阪市障がい者スポーツセンター運営委員会(長居障がい者スポーツセンター)
9/11	第56回 近畿知的障がい者福祉大会 出演者打ち合わせ
9/12	大阪ふれあいキャンペーン実行委員会(大阪府庁)
9/13	第1回 大阪市障がい者差別解消支援地域協議部会(大阪市役所)
9/14	府市育成会役員懇談会(ホームズさくら・ホームズなでしこ)

大阪市育成会会員だより

《大阪市手をつなぐ育成会懇親会について》

- ・日時：12月1日(金) 18:00~20:00
- ・場所：KKRホテル大阪
最寄駅：地下鉄谷町線・中央線「谷町四丁目駅」、JR大阪環状線、地下鉄中央線・長堀鶴見緑地線「森ノ宮駅」
- ・参加料：8,000円 ・定員：80名
- ・申込締切日：11月16日(木)
- ・申込方法：育成会事務局までお申込み下さい

《レクリエーション(本人活動支援)について》

ボウリング教室

10月は休会です。

《会員向け学習会のお知らせ》

- ・日 時：10月19日(木) 13:00~14:30
- ・場 所：社会福祉センター 301会議室
- ・テーマ：「改めて考える支援のポイント」
- ・講 師：大阪市発達障がい者支援センター
エルムおおさか 所長 井上 芳子 氏