



水分のとろみが必要な患者さんへ

【なぜとろみが必要か】
飲み込む機能が低下した患者さんは、お茶や水のような液体を上手に飲みこみづらくなります。液体はのどを流れるスピードが速く、誤って気道に入りやすくなり、むせてしまいます。液体にとろみをつけることで口の中ですままりやすくなり、のどを流れるスピードがゆるやかになるため、むせを防ぐことができます。

【とろみの付け方】
飲み物や汁物にとろみ粉を入れ、すぐに30秒ほどかき混ぜます。とろみが定まるまで2〜3分待ちます。

【とろみ粉の種類】
病院内で使用しているものは「ソフティトロミン EX」という商品です。病院の売場で購入できます。その他ドラッグストアやスーパーで類似品が購入できますが、商品によってとろみの付き方が変わりますので、商品の説明書をお読みの上、使用してください。

【どれくらいとろみをつけるのか】
・医療スタッフから伝えられた（上の表でのをつけた）とろみの粘度に調整してください。
・濃すぎると口の中やのどに見えやすいため飲みこくくなります。
・薄すぎるとむせやすくなります。

【注意】
・とろみをつけた時は・・・液体を足してください。
・とろみが薄すぎた時は・・・ダマになりやすいためとろみを足す。濃いとろみを作ってください。
・作り直しを勧めます。
・ダマができてしまった時は、窒息の原因になりますので、取り除いてお飲みいただくか、作り直してください。
・食物の煮汁、みそ汁など汁物、ジュースなどの液体にもとろみをつけてください。

群馬大学医学部附属病院 橋下部チーム（口腔ケアチーム、栄養管理科、摂食嚥下障害相談室）

とろみ粉の種類	量	液体120ccに対して
Ⅰ 数分ヨーグルト状	小さじ1杯	小スプーン
Ⅱ ポテージュ状	小さじ2杯	小スプーン
Ⅲ 煮込みソース状	小さじ3杯	小スプーン
Ⅳ 煮込みソース状	小さじ4杯	小スプーン



嚥下調整食の整備や嚥下障害の患者さんやご家族、医療スタッフ向けの退院指導用紙を作成しています。

嚥下調整食4（ソフト食）
歯茎で優しくつぶせるおかずです。



誤嚥性肺炎予防プロジェクトに参加し、歯科医師と協力して口腔ケアを推進しています。
同愛会の協力により北病棟1Fエレベーターホールの自動販売機に歯ブラシセットがはいました。
夜間の緊急入院でも歯ブラシを購入していただけます



嚥下障害の患者さんのベッドサイドで嚥下内視鏡の回診を行っています。



みなさんの「食べたい」「食べさせたい」をサポートしています。

群大病院摂食嚥下支援チームの活動

摂食嚥下支援チームとは安全に食べるための支援を目的とした多職種で構成されるチームです。
・嚥下回診や嚥下造影検査
・嚥下調整食整備、嚥下食退院指導用紙整備
・水飲みテスト励行
・病院マニュアル整備

誤嚥性肺炎予防のために

急患や術後に食事を開始する場合は「水飲みテスト」を行いましょう！

ポイント1
◆ むせこみ
◆ SpO2の低下
◆ 呼吸困難
◆ 痰の増加
→ 食事・飲水は中止 → 下記へ相談

ポイント2
◆ 高齢者
◆ 誤嚥性肺炎の既往
◆ 誤嚥のリスクが高い患者
→ 全粥五分菜または嚥下調整食4から開始

詳しくは「医療安全事故防止ポケットマニュアル」p86をご参照下さい。

水飲みテストの方法は、ナースィングスキルで視聴できます。
ナースィングスキル：食事援助技術
→ 嚥下訓練：嚥下障害のアセスメント
→ 映像「嚥下障害アセスメント（約6分）」

☆現在、新型コロナウイルス感染防御のため嚥下内視鏡検査およびいくつかの嚥下訓練手技を中止しています。
☆水飲みテストは、飛沫感染予防のため、マスク、ゴーグル、手袋をして実施しましょう。

食事開始前の嚥下スクリーニングの普及につとめています。



食事が摂れない患者さんの経鼻胃管の安全な留置についても注意喚起を行い、効果的な嚥下リハビリテーションにつなげています。

などを行っています。