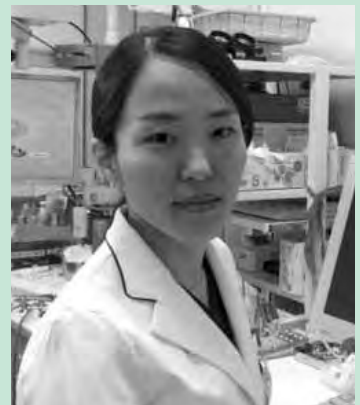


## 私のカルテ

No 3 3 6

## 嚥下障害



津島市民病院  
耳鼻咽喉科医師  
箕浦千恵

## 嚥下障害とは

物を食べることは、食べ物を認識し、口に入れ、嚥んで、飲み込むという一連の動作からなります。このうち飲み込むという動作が嚥下にあたります。嚥下には様々な器官が関わっており、これらが障害を受けると嚥下障害がおこります。

## 症状

食べ物が飲み込みにくくなった、食事の中のおせといった症状が現れます。固いものや、ほろついたものが食べにくくなり、食事に時間がかかるようになります。ものを飲み込んだあとに咳がでたり、痰のからんだような声になったりします。

さらに症状がすすんだ場合には、食べ物や飲み物が気道の中に入ってもむせが起きずに肺炎をおこしてしまつてことがあります。このような肺炎を誤嚥性肺炎といいます。

## 原因

脳梗塞や脳出血などの脳血管障害、神経や筋疾患などがあると高い確率で嚥下に関わる器官の動きや感覚が悪くなり嚥下障害がおきます。食べ物や飲み物が通る場所(口腔、咽頭、喉頭、食道)に癌などのできものができると通過が困難になり嚥下障害がおきます。

これらの病気は、嚥下障害がおきたために病院を受診して発見される場合もあります。

また、特異な病気がなくても加齢によつてどの筋力や感覚がおちると誰でも嚥下障害を起こしえます。高齢者の肺炎の多くは誤嚥性肺炎といわれており、高齢社会である現在その対応が問題となっています。

## 検査

嚥下内視鏡といつて鼻からのどに内視鏡を入れて実際に食べ物や飲み物を嚥下してもらい誤嚥があるか、どの動きや感覚がよいかをみる検査があります。

す。また、実際に食べ物や飲み物がどのように飲み込まれるかを調べるためには造影剤を用いて嚥下状態をX線透視下に観察する嚥下造影検査があります。

## 治療

栄養摂取と誤嚥防止の観点から嚥下障害の程度により対応や治療法を決定します。

嚥下障害が軽度な場合には誤嚥が起りにくいように食べ物の形態を工夫します。水のようなものは誤嚥しやすいためにトロミをつけることがその代表例です。また集中して時間をかけて食べる、食べるときの姿勢に気を付けるといったちよつとした工夫でも誤嚥を防ぐことができます。しかし、ある程度以上の障害があると口からの食事のみでは栄養の摂取が不十分になり、他の栄養摂取方法(点滴、胃ろうなど)を取り入れる必要があります。これらの選択についてはご本人の生活スタイルや病気の状態に応じて決めることが可能です。

## 最後に

食事をおいしくとることは楽しみであり体の栄養にもなりますから大切なことです。一方で嚥下障害は誤嚥性肺炎を引き起こし生命の危険を招きえています。症状がある方はまずは検査をさせていただきます。ただき個々に応じた治療法をアドバイスさせていただきます。



# 4 月 市 民 相 談

※相談員の都合により相談を休むことがありますので、当日、電話でご確認ください。翌月7日分まで掲載。  
 ※法律相談は、受付件数が限られていますので、ご希望の日時に相談できない場合があります。  
 ※年金相談は、受付件数が限られています。(番号札は、当日午前8時30分より配布)

相 談 名	日 時	場 所	問 合
行政相談	1日、5月6日 午前10時～正午	総合保健福祉センター 2階市民相談室	☎24-3456 相談日のみ
内職相談	7、14、21、28日 午前10時～正午、午後1時～午後3時	総合保健福祉センター 2階市民相談室	☎24-3456 相談日のみ
心配ごと相談	8、22日 午前9時～正午 受付は終了時間の1時間前まで	総合保健福祉センター 2階市民相談室	☎24-3456 相談日のみ ☎25-8411 社会福祉協議会
法律相談(要予約)	5、19日 午後1時～4時	総合保健福祉センター 2階市民相談室	☎24-3456 相談日のみ ☎25-8411 社会福祉協議会
結婚相談	4、7、11、14、18、21、25、28日、 5月2日 午前10時～正午 受付は終了時間の1時間前まで	総合保健福祉センター 2階市民相談室	☎24-3456 相談日のみ ☎25-8411 社会福祉協議会
高齢者の健康相談	5、12、19、26日 午後1時～3時	老人福祉センター	☎28-7561
高齢者の健康相談	6、13、20、27日 午後1時～3時	神島田祖父母の家	☎32-2151
認知症介護相談	月曜日～金曜日(祝日は除く) 午前10時～午後4時	公益社団法人認知症の人と 家族の会・愛知県支部	☎0562-31-1911(電話相談)
家庭児童相談	月曜日～金曜日(祝日は除く) 午前8時30分～午後5時15分	総合保健福祉センター 3階家庭児童相談室	☎24-0350
年金相談	6、20日 午前10時～午後3時	市役所1階相談室	保険年金課 医療・年金G 内線2121
法律相談(要予約)	12日 午後1時～4時	市役所1階相談室	総務課 庶務G 内線2351
消費生活相談	1、13、15、27日、5月6日 午後1時30分～4時30分	市役所1階相談室	産業振興課
相続・登記相談(要予約) ※ただし、相続税は除く	6、20日 午後1時～3時	津島商工会議所相談室	☎28-2800 津島商工会議所
労働者特別相談・ 勤労者金融相談	月曜日～金曜日(祝日は除く) 午前10時～正午、午後1時～4時	勤労者安心ネット ワークセンター	☎0120-81-1505 (電話相談)

## 津島データファイル

<b>人口と世帯</b> (外国人を含む)	総人口……64,007人 (-9) 男………31,516人 (-26) 女………32,491人 (-43) 世帯数… 25,761世帯 (-1) 2月1日現在、( )内は前月比
<b>市内の交通事故・犯罪</b> [2月]	事故発生件数… 25件(47件) うち死亡者… 0人(0人) 犯罪発生件数… 32件 ( )内は平成28年中の累計
<b>市内の火災</b>	2月……… 3件(4件) ( )内は平成28年中の累計
<b>救急車の出動件数</b>	2月……… 224件(467件) ( )内は平成28年中の累計

## 今月の市税や料金など

納期限 平成28年5月2日(月)

固定資産税・都市計画税…第1期 介護保険料…第1期  
 市営・改良住宅家賃、住宅新築資金等償還金、  
 保育所利用者負担金…4月分

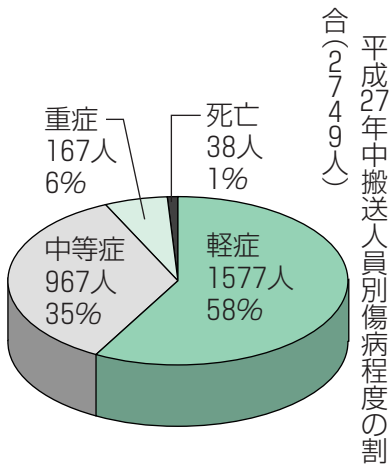
	5 月	6 月	7 月
市 県 民 税	—	第 1 期	—
固定資産税・都市計画税	—	—	第 2 期
国民健康保険税	第 1 期	第 2 期	第 3 期

### 税や料金の納付には便利な口座振替をご利用ください

水道料金をはじめ、市に対するお支払いの多くにご利用いただけます。  
 取扱金融機関の窓口にてお申し込みください。

#### 取扱金融機関

いちい信用金庫、三菱東京UFJ銀行、大垣共立銀行、十六銀行、三重銀行、愛知銀行、名古屋銀行、  
 中京銀行、東海労働金庫、海部東農業協同組合、あいち海部農業協同組合、ゆうちょ銀行(郵便局)



救急車の適正利用についてお願い

近年、救急車の出動件数・搬送人員数はともに増えており、平成27年中は救急需要の増加により過去最多2953件の救急出動がありました。

救急出動における救急搬送の半数以上が入院の必要のない軽症の傷病者でした。また本来、救急車を利用する必要がない場合もあります。救急車の出動が重なることで本当に緊急性のある傷病者への対応が遅れてしまい救える命が救えなくなる恐れもあります。

一人ひとりの心掛けによる救急車の適正利用にご協力ください。

こちら消防署 119番 第182回

つきましたか?住宅用火災警報器

消防本部救急G

☎23-0119

市消防本部では、平成28年1月から救急車の後部に適正利用を呼びかけるステッカーを張ることで広報し周知を実施しています。皆さんが考え行動することで、本当に救急車が必要な方のために役立ちます。

市民の皆さんの行動が救急車の有効な活用となります。次のページでは救急車の適正利用についてアンケートした結果を掲載しています。内容について、今一度、考えてみてください。

- 【すぐに救急車を呼んでほしい症状】
- 突然に言葉が出にくくなった
  - 突然に手足に力が入りづらくなった
  - 胸に締め付けられるような痛みがある
  - 息苦しさおよび呼吸がしにくい
  - 意識がない、または痙攣を起こしている
- 救急車が必要なのか迷った場合には救急医療情報センター(☎26-1113)に問い合わせてください。

- 【救急車の誤った利用例】
- 今日が入院の日だから
  - 交通手段がないから
  - 早く診療してもらえと思うから
  - 病院を探すのが面倒だから
  - 処方された薬がなくなっただけ

今月のバランス献立 チンジャオロース タラの芽のお浸し 春キャベツとベビーホタテのスープ

1人分 608kcal 塩分3.0g



チンジャオロース

材料(2人分)

豚ヒレ肉140g、A(おろしにんにく小さじ1、酒小さじ1) 茹でタケノコ120g、ピーマン2個、B(オイスターソース小さじ2、しょう油小さじ1と2分の1、豆板醤小さじ1と2分の1、おろしにんにく少々、おろし生姜少々、水大さじ2) ごま油大さじ1、C(片栗粉小さじ2、水小さじ2)

作り方

- ①豚ヒレ肉を細切りにしてAをまぶす。
- ②茹でタケノコ、ピーマンは千切りにする。
- ③Bをあわせておく。
- ④フライパンにごま油を入れ、中火で①を炒める。
- ⑤②を加え、全体に火がとおったらBで味をつける。
- ⑥最後に水溶き片栗粉(C)でとろみをつける。

※市役所1階市民情報サロン・保健センター2階・ヨシツヤ情報コーナーにレシピがあります。また市公式ホームページにも掲載しています。

区分	4月29日(金・祝)	5月3日(火・祝)	5月4日(水・祝)	5月5日(木・祝)	5月11日(水)
可燃ごみ	通常収集	通常収集	収集はありません	通常収集	収集はありません
ペットボトル	収集はありません	収集はありません	通常収集	収集はありません	通常収集
不燃ごみ	収集はありません	収集はありません	収集はありません	収集はありません	第1および第2水曜日 収集町内を収集
プラスチック製容器包装	通常収集	通常収集	通常収集	通常収集	通常収集
空きびん・空き缶 古紙・古着	収集はありません	通常収集	通常収集	通常収集	通常収集
有害ごみ	収集はありません	収集はありません	収集はありません	収集はありません	収集はありません

ゴールデンウィーク 家庭ごみ収集予定

4月29日(金・祝)～5月11日(水)

問合せ 清掃事務所

☎26-42228

☎FAX 26-19575

留意事項

- ・収集当日は、午前8時30分までに決められた集積場所に出してください。
- ・家庭ごみの出し方は、保存版「家庭ごみ&資源の分け方・出し方」をご覧ください。
- ・粗大ごみは、粗大ごみ受付センターへ電話予約してください。☎31-3284