

70歳を過ぎたころ、軽い脳梗塞で入院したことがあります。すぐに治療を受けたおかげで大事には至らなかったのですが、その後、物を食べる時にうまく飲み込めなかったり、むせたりするようになりました。高齢者が餅をのどに詰まらせる事故なども耳にしますので、食べ物はできるだけ小さく刻んでもらうように頼んでいます。食事のトラブルを防ぐのに、日々気をつけた方がよいことなどありましたら教えてください。

物が飲み込みにくい

1 病気や老化によって起こる飲み込みの悪さ

病気や老化現象などによって、うまく食べ物を飲み込めなくなることを嚥下障害といえます。嚥下障害は、脳卒中、脳腫瘍、アルツハイマー病、パーキンソン病といった脳の病気、頭を強く打ったことによる脳の損傷、多発性硬化症、歯がなくなることによる咀嚼

力の低下などが原因で引き起こされ、中でも脳卒中の後遺症は、嚥下障害の大きな原因の一つといえます。ご質問の方も脳梗塞で入院されたとのこと、やはり病気の後遺症で嚥下障害を起こしている可能性が高いといえそうです。症状は食べようとするとのが詰まって飲み込みにくい、すぐむせるなどさまざまです（下表参照）。中には食べ物が食道でなく

気管に入り込んで、気管支炎や肺炎を起こす「誤嚥」という症状を招くケースもあります。高齢者の場合、誤嚥は命に関わることもあります。麻痺などのせいでうまく食事ができない方や寝たきりの方は、特に気をつけなければなりません。本人はもちろん、介護者が嚥下障害に気づかないと、知らないうちに肺炎などの重い病気を招いてしまうこともあるからです。

2 物を飲み込むメカニズムとは？

普通、噛み砕いた食べ物をのどに送りこむと、気管の入り口が瞬間的に閉じて食べ物が食道へと流れ込みますが、この動きに関わる

こんな時は嚥下障害かもしれない

- ☑ 飲み込む時、のどにつまる感じや痛みなどがある
- ☑ 口から食べ物がこぼれてしまう
- ☑ 口の中に食べ物が残る
- ☑ 物を飲み込む前後に咳が出たりむせたりする
- ☑ 物を飲み込んだあと、声がかすれる
- ☑ 肺炎や気管支炎をよく起こす
- ☑ 体重が減ってきた



笠井耳鼻咽喉科クリニック・自由が丘診療室 笠井 創 先生

かさい はじめ 昭和52年千葉大学医学部卒。同年耳鼻咽喉科学教室入局・大学病院手術部麻酔科研修・千葉労災病院耳鼻咽喉科研修。昭和58年千葉大学医学部大学院卒（医学博士）。同年国保君津中央病院耳鼻咽喉科医長。昭和60年国立がんセンター病院頭頸部外科医員。昭和63年国家公務員等共済組合連合会/横須賀共済病院耳鼻咽喉科医長。千葉大学医学部耳鼻咽喉科非常勤講師兼任。平成11年笠井耳鼻咽喉科クリニック・自由が丘診療室開設。笠井耳鼻咽喉科クリニック・自由が丘診療室HP→<http://www.linkclub.or.jp/~entkasai/index.html>