

摂食嚥下とその障害について

鎌倉市歯科医師会 遠藤 勝弘



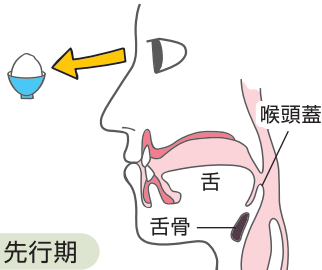
摂食嚥下とは

摂食嚥下とは食物を認知するところから始まり、食物を口腔内に取り込み、咽頭、食道を経て胃に至るまでの過程をさします。簡単に言うと、食べることで飲み込むことです。

摂食嚥下を理解するには食物の位置で以下の5期に区分すると分かりやすいと思います。

1 先行期

食物を認知し、摂取する種類(内容)や一口に摂取できる量を決めること。視覚、嗅覚、触覚などの感覚と、過去における食体験が基になります。



先行期

2 準備期

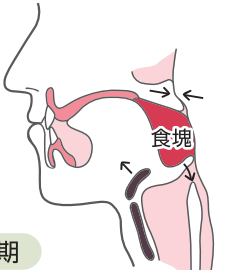
口腔内に食物を取り込み、それを砕き、唾液と混合して嚥下しやすい形態に整えること。つまり口腔内で嚥下食を作る作業を担っています。



準備期

3 口腔期

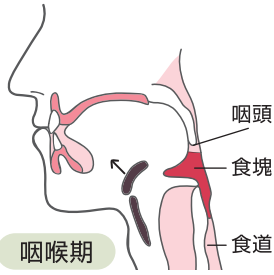
準備期で作られた嚥下食を舌と口蓋を使って食塊にし、さらに舌と口蓋の接触する圧力で絞られるようにして後方の咽頭に送り込むこと。



口腔期

4 咽頭期

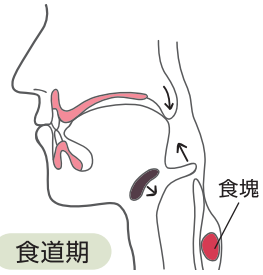
嚥下反射により、食塊を咽頭から食道上部に一瞬(約0.5秒)で送り込むこと。



咽喉期

5 食道期

食塊を蠕動運動と重力で胃まで移送すること。



食道期

以上のように普段われわれが当たり前のように行っている摂食嚥下は、さまざまな神経や筋肉を動員するかなり精巧なタイミングが必要な運動といえると思います。

過程のどこかで不具合が

これらの過程のうちどこかで不具合が起こることを摂食嚥下障害と呼びます。摂食嚥下障害のある人は「食べられない」「飲み込めない」などと訴えることが多いのです。もう少し詳しく症状を見てみるとどの嚥下期に障害があるのかを推測することができます。

例えば、食べ物に反応しない、箸やスプーンを噛み込んでしまう、

とても飲み込めないような量を口いっぱいにおぼるなどは先行期に障害があると推測できます。

さらにうまく噛めない、口から食べ物こぼす、噛まないで舌と上顎での押しつぶしだけになっている、食べるのに時間がかかりすぎるなどあれば準備期の障害を疑います。摂食嚥下の過程で考えれば歯の治療をすることは準備期の整備であり、義歯は準備期と口腔期をサポートする装置であると位置づけることができます。

またモグモグするが飲み込めない、上を向いて飲み込もうとするなどは口腔期を、飲み込むとむせる、飲み込んだ後に痰が絡んだような声になる、原因不明の熱や軽い肺炎を起こすなどは咽頭期の障害が疑われます。そして胸に食物が残ったり詰まった感じがする、就寝してからむせるなどは食道期の障害を疑う事ができます。

摂食嚥下は食物を取り込み栄養に変えるためには不可欠な運動であり、生命の維持に必要な機能といえます。さらにおいしく食べることによって得られる満足感は精神の安定につながり、豊かな生活の基盤ともなるでしょう。

もし摂食嚥下障害が疑われたらかかりつけ医にご相談されることをおすすめします。

(遠藤 歯科医院)

参考文献
 ■摂食嚥下リハビリテーション第2版
 ■臨床の口腔生理学に基づく摂食・嚥下のキョウケン 館村卓著
 ■嚥下障害リハビリテーション第2版
 ■食べることに困難な摂食嚥下障害の発見から対応まで
 菅武雄 日本歯科評論