

嚥下反射に関わるトレーニング

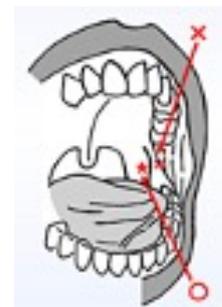
□アイスマッサージ

前口蓋弓（下図参照）を冷却したアイス棒で上下に数回、軽く圧をかけながら刺激します。その後、唾液を飲み込んでください。



□K-point 刺激法 スプーン刺激

親知らずの内側あたりを軽く触わり、刺激します。口腔ケアの後、綿棒などを用いて行います。数回繰り返して、食事を開始します。食べ物が口に残った状態で動きが止まったら、アイス棒やスプーンで刺激します。



□スプーンを用いた食事の介助とスプーン刺激

認知障害の場合のスプーンの介助を説明します。

唇を閉じない場合は、まず、下顎（あご）の固定と唇が閉じることを解除します。唇に触れたとき吸啜（吸いつく）反射が起こる場合は利用します。食べ物を口に入れたときに上唇を刺激し、吸啜反射で唇が閉じるタイミングで、スプーンを抜きます。



準備期・口腔期の障害のスプーン介助を説明します。

噛むことと食べ物の塊の形成の障害がある場合は、スプーンでゼリーを2~3mmの薄いスライスを切りとり、「そのまま丸呑みして下さい。」と指示します。

咽頭への舌の送り込み障害の場合、舌の上に水平にスプーンを入れます。唇を閉じた後、舌が持ち上がるのを感じます。上に向かってスプーンを抜きます。



嚥下（飲み込み）反射が誘発されない、タイミングがズれる場合、スプーンで奥舌に食べ物を置いたら、K-point を刺激して、素早くスプーンを引き抜き、嚥下反射を誘発します。

