



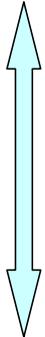
特集 対象者に応じた食形態の選択

ニュースレター第8号では、当センターで提供している食事の形態や量についてご紹介しました。今回は、対象者の食べる機能に応じた食形態を選択するための、ヒントを示してみたいと思います。

主食

対象者(例)

やわらかい
まとまる



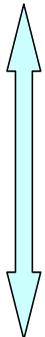
かたい
ちらばる

パン粥	ペースト粥よりゆるい 栄養価・嗜好性、共に高い	体重増加不良、食べるとゼロゼロする、 口を閉じにくい、舌を出して食べる
ペースト粥	もったりして、ゆるめのゼリー状 喉に張り付きにくい	口を閉じにくい、舌を出して食べる、 食べ物が口の中にちらばっている
全粥	唾液のついたスプーンを出し入 れすると次第に水分が分離	食べ物が口の中にちらばっている 義歯が合わない、咀嚼がむずかしい
軟飯	米飯よりも口の中でちらばりにく い	やわらかめなら咀嚼可能 パサついたものは食べにくい
米飯	よく噛んだりまとめたりして、口 を複雑に動かす必要がある	食後に舌の上や歯と頬の間などに 食物が残っていない



副食

やわらかい
まとまる



かたい
ちらばる

ペースト	粒がなく、なめらかな状態 食材によってトロミを加えている	食べるとゼロゼロする、粒の食感が苦手 、口を閉じにくい、舌を出して食べる、
極小きざみ	若干粒が混じったペースト ミキサーにかける時間が短い	口を閉じにくい、舌を出して食べる、 食べ物が口の中にちらばっている
きざみ *検討中*	5mm大程度に刻んでいる あんかけをつけることが可能	咀嚼の動きはややあるが、ほぼ丸のみ 義歯が合わない、咀嚼がむずかしい
一口大	1.5cm大程度の大きさ	やわらかめなら咀嚼可能 自分の口や食具で一口量調整が困難
ふつう	軟菜では、揚げ物がホイル焼き になるなど、やわらかめ	かたいもの、大きいものも安全に摂取で きる

きざみ食は、咀嚼能力が不十分な対象者に提供されている現状があります。しかし、小児では「押しつぶし機能」獲得が十分できず丸のみを助長すること、成人では口の中できざみ食がちらばり、誤嚥のリスクを高めること、などが懸念され現在、よりよい食形態の開発に向けて検討をすすめています。(次ページ中段も参照を。)

CNS・CNからの情報



専門看護師（CNS）の役割（その7）：研究・・・次号に続く



「研究」という文字をみただけで、「わからない」「できない」と反応している皆様！！
今の看護実践よりも、もっとうまくできる方法があるかもしれませんよ。
現場の問題や対象者が抱える課題を紐解く「鍵」を一緒に見つけていきませんか？



困っていること

これらをよりわかりやすく、より実践的に皆様にお伝えしていくのがCNSの役割です

同じような問題に対する
研究結果を探します

もし、応用できる研究結果がなかったら、
一緒に研究として取り組みます

探した研究結果を
現場で応用できるか考えます

どんどん現場に取り入れ問題解決！

小児看護専門看護師市原真穂PHS（787）

対象者の変化！！業務の改善！！



「きざみ食は良くない」と聞きますが、なぜですか。

摂食・嚥下障害看護CN
青木ゆかり（2B・母子棟）

摂食・嚥下障害のある対象者の食事は、食事の「大きさ」ではなく、「かたさ」で調整していくことが主流となっています。きざむだけでは問題は解決しません。食物を噛んで小さくする機能だけでなく、口の中で食物をまとめる機能や、舌と上顎で食物のかたさを判断する機能、などが障害されている（または獲得されていない）ためです。

*** 文献「金谷節子：ベッドサイドから在宅まで使える嚥下食のすべて、医歯薬出版株式会社、2006,p33.」より ***
【きざみ食＝嚥下食ではない】

きざみ食は昭和40年代の精神科病院栄養士の勉強会ではじまったといわれ、きざんだおかずとお粥をどんぶりの中でかき混ぜて食べさせたことに由来します。（中略）嚥下食が科学的に検証されない時代の「負の遺産」ともいえます。（中略）固いものをきざんだ食事は、食塊を作りにくいことに加え、義歯の間に入り、痛く最も食べにくいものです。（中略）スムーズに咽頭で変形し流動する「ゲル化」された食事が嚥下食です。介護食は口腔相における咀嚼と食塊に配慮された食事で、「やわらかく」を基本とし、一口大や成形して見た目によく、食欲をそそる食事をいいます。



PEG（胃瘻）のケア その2 日常管理



皮膚・排泄ケアCN
室岡陽子（外来）

○瘻孔は清潔に

瘻孔の完成後、トラブルがなくても、瘻孔から粘液が出ることがあります。それを乾燥させるとカスのようにたまって固まり、スキントラブルの原因にもなります。特に瘻孔を保護する必要はありませんが、綿棒やガーゼをぬるま湯で湿らせて、皮膚の汚れやカテーテルとの間にたまった汚れを落とします。特に入浴やシャワーは、清潔を保つために重要です。

○定期的に交換を

胃瘻チューブは耐久性がありますが、約4か月から半年に一回、定期的な交換を行なう必要があります。麻酔なしで在宅でも、外来でも、交換できます。カテーテルの種類同様、交換の最終日をきちんと把握しておくよう心がけましょう。

