



ごえん性肺炎の予防のために 摂食・嚥下プロジェクトチームの活動

「食事でむせる」、「食事に時間がかかる」といった症状で困っている方はいませんか。のどの力は、60歳を過ぎると急激に低下します。のどの力の低下は、「むせながらでも食べられる」と先送りにされがちです。しかし、のどの力の低下を先送りにしていると、さらにのどの力は低下し、肺炎を繰り返したり、脱水や栄養障害を引き起こします。

そこで、南宇和郡歯科医師会と県立南宇和病院が連携し、課題解決に向けたプロジェクトチームを立ち上げ、さまざまな活動に取り組んでいます。このプロジェクトチームでは、「ごっくんチェック表」を用いて、のどや食べる力の低下をチェックすることを提案しています。ぜひこの機会に、ご自身やご家族をチェックしてみてください。

ごっくんチェック表

- 1年以内に肺炎と診断されたことがある
- 6カ月間で2～3kg以上の体重の増減があった
- お茶や汁物等でむせることがある
- のどに食べ物が残る感じがする
- 食べるのが遅くなった
- 半年前に比べて硬いものが食べにくい
- 口の渇きが気になる



(出典：新宿区ごっくんプロジェクト)

相談窓口担当の藤澤ゆう子認定看護師

地域をあげた 取り組みが評価



3月15日(金)に広島県廿日市市で行われた「摂食・嚥下障害看護認定看護師教育課程フォローアップ研修会」で、全国から集まった認定看護師40人が事例発表を行い、県立南宇和病院の藤澤ゆう子看護師の報告が最優秀賞に選ばれました。

「地域で取り組む食支援」をテーマに、愛南町で取り組んでいる活動を報告した藤澤さんは、「歯科医師や看護部長など、さまざまな方のバックアップがあって活動ができていますので、この環境に感謝したい。最期まで自分の口で食事ができる町になるよう、これからも活動を頑張りたい」と話していました。

歯科医師の視点から

南宇和郡歯科医師会 高橋啓^{あきら}(たかはし歯科)



現在、南予地方において、認定看護師が存在するえんげ(飲み込み)外来は、八幡浜市と愛南町にしかありません。南宇和郡歯科医師会も県立南宇和病院の取り組みに全面協力をしています。

飲み込みは、調子が悪くなり過ぎると回復が難しくなります。そのためにも上記の「ごっくんチェック表」で確認をして、2つ以上該当する項目があれば、相談窓口を受診しましょう。また、愛南町の歯科医院はどこでも飲み込みの相談に乗ってくれると思いますので、歯科受診の際にお気軽にお尋ねください。



町民向け研修会がスタートしました



プロジェクトチームでは定期的に会議を開き、啓発活動に関する意見交換などを行っています。



7月18日(木)に中川地区で行われた研修会の様子です。



訪問介護員向けの勉強会で話をする南宇和病院の松岡みえ看護長。町民向けの研修会なども開いています。



県立南宇和病院 松岡みえ 看護長

地域での活動を通して、多くの学びがありました。この学びを活動につなげていきたいと思えます。



国保一本松病院 岡原佐記 言語聴覚士

療養病院として連携を取りながら「食べる」を支援していきたいと思えます。



愛ほっと訪問看護ステーション 幸田実佳 言語聴覚士

チームで連携を図りながら、在宅でも安全に食べるためのリハビリを行っています。



地域包括支援センター 池田奈々 保健師

いくつになっても「食べること」「笑うこと」「話すこと」を続けるためにご相談ください。

今後の活動予定

8月23日(金)

僧都地区サロン

8月30日(金)

一本松地区高齢者料理教室

10月9日(水)

一本松地区なでしこ

10月18日(金)

平濠地区すみれの会

プロジェクトチームの活動に関することは、県立南宇和病院(電話：72-1231)にお問い合わせください。

県立南宇和病院では、えんげ(飲み込み)に関する相談窓口を開設しています。専門看護師による指導で、のどの力の低下を食い止めることが可能です。相談は無料ですのでお気軽にご相談ください。

■南宇和病院えんげ相談窓口(完全予約制・毎週木曜日)

予約方法：木曜日の9時～11時の間に、72-1231にお電話して「えんげ相談の予約をとりたい」とお伝えください。