

# リハビリ通信

## 🍴嚥下障害について🍴

「食べ物や飲み物を上手に飲み込めない状態」のことを言います。高齢になると、筋力の低下や病気の影響などにより、飲み込む力が弱くなることがあります。

### 【こんなサインはありませんか？】

- ・食事中によくむせる
- ・食後にガラガラ声になる
- ・食べるのに時間がかかる
- ・体重が減ってきた
- ・発熱を繰り返す（誤嚥性肺炎の可能性も）



### 【対策とリハビリ方法】

- ・姿勢を整える（顎を引いて、座位を安定）
- ・食べ物の形状を工夫（とろみをつける、やわらか食）
- ・口腔体操、嚥下体操を取り入れる
- ・定期的な ST 評価・チェック

嚥下リハでは ST（言語聴覚士）が中心となって評価・訓練を行います。  
安全に・楽しくお食事を続けるために、日々のサポートが大切です 🍀



## ✦ ST（言語聴覚士）のお仕事紹介 ✦

言語聴覚士（Speech Language Hearing Therapist）は、「話す・聞く・食べる」に関わるリハビリの専門職です。病気や加齢によって生じる機能の低下に対し以下のような支援を行っています。

### ● ST の主なリハビリ領域 ●

#### ① 言語機能のリハビリ

→ 脳梗塞などで話す力が弱くなった方に、言葉を引き出す訓練や会話の練習をします。

#### ② 嚥下（飲み込み）のリハビリ

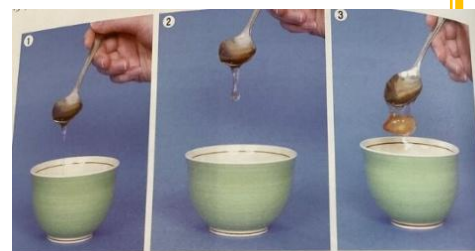
→ 嚥下障害のある方に、安全に食べられる姿勢や食形態、飲み込みのトレーニングを提案。

#### ③ 認知機能へのアプローチ

→ 回想法や会話訓練を通して、記憶・注意・判断力の維持を目指します。

#### ④ コミュニケーションの支援

→ 補助具やジェスチャーなどを使って、想いを伝えるサポートをします。



- 🍀 「話すことが増えて笑顔が増えた」
- 🍀 「安全に食事ができて、家族も安心した」

そんな声が私たちのやりがいです 😊