

本日の内容について



- 嚥下調整食について
- 嚥下調整食の実際
(当院での取り組み)

嚥下調整食とは

飲み込みや咀嚼といった
嚥下機能の低下に合わせて
飲み込みし易いように形態や
とろみ、まとまり易さなどを
調整した食事のこと

嚥下調整食とは



嚥下調整食とは



原因は？

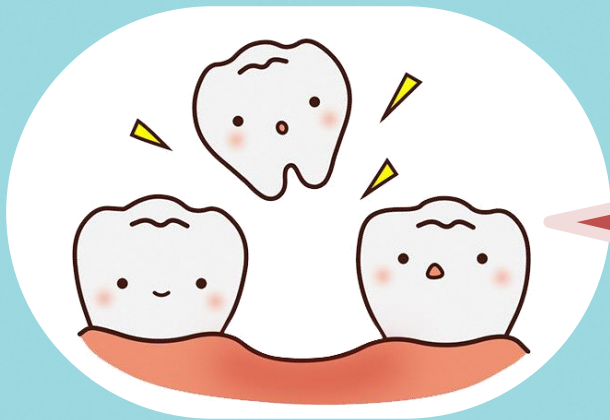


噛めない



飲みこめない

噛めない原因は？



歯が抜けている

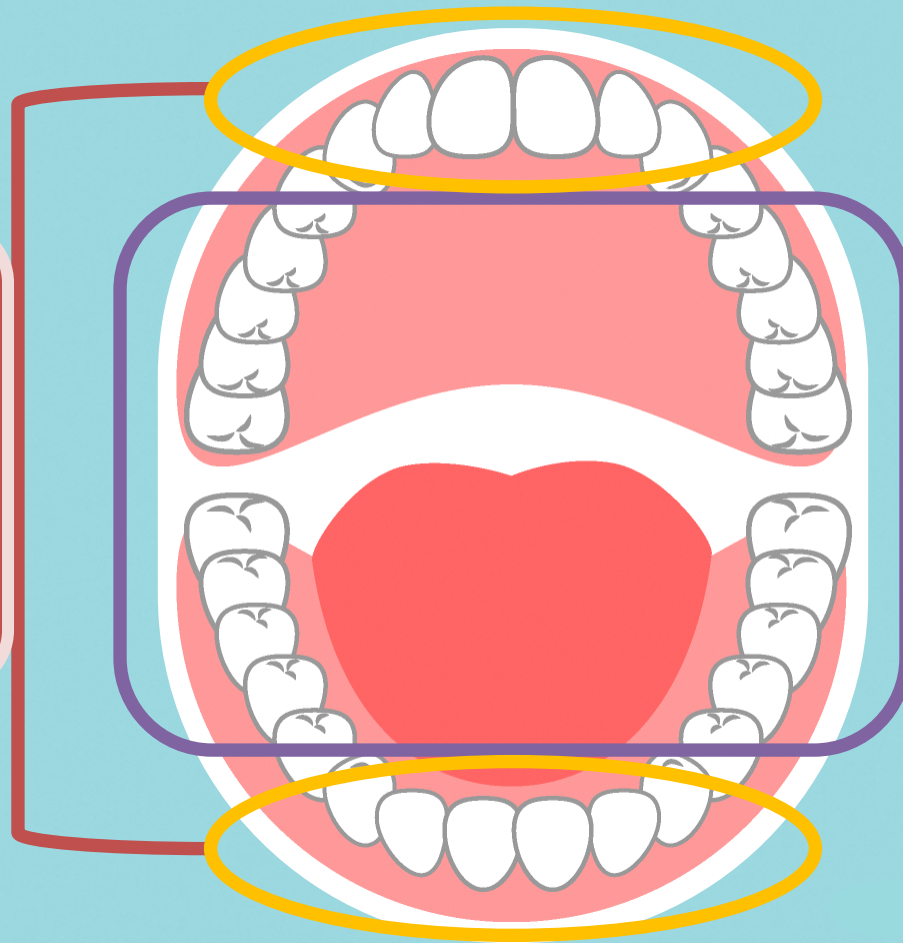
入れ歯が合わない

入れ歯が無い



歯のはたらきとは？

噛み
切る



すり
つぶす

食べやすくするために

小さくすること

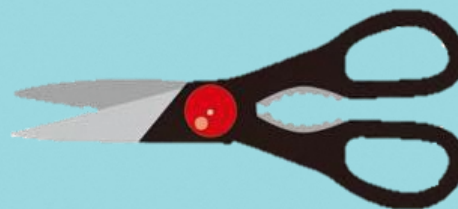
やわらかくすること



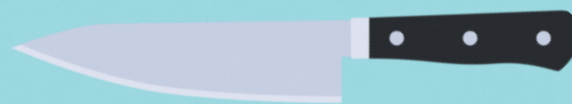
小さくする方法

噛める力の強さにより異なる

切る



きざむ



ミキサーにかける



やわらかくする方法

調理方法でやわらかくする

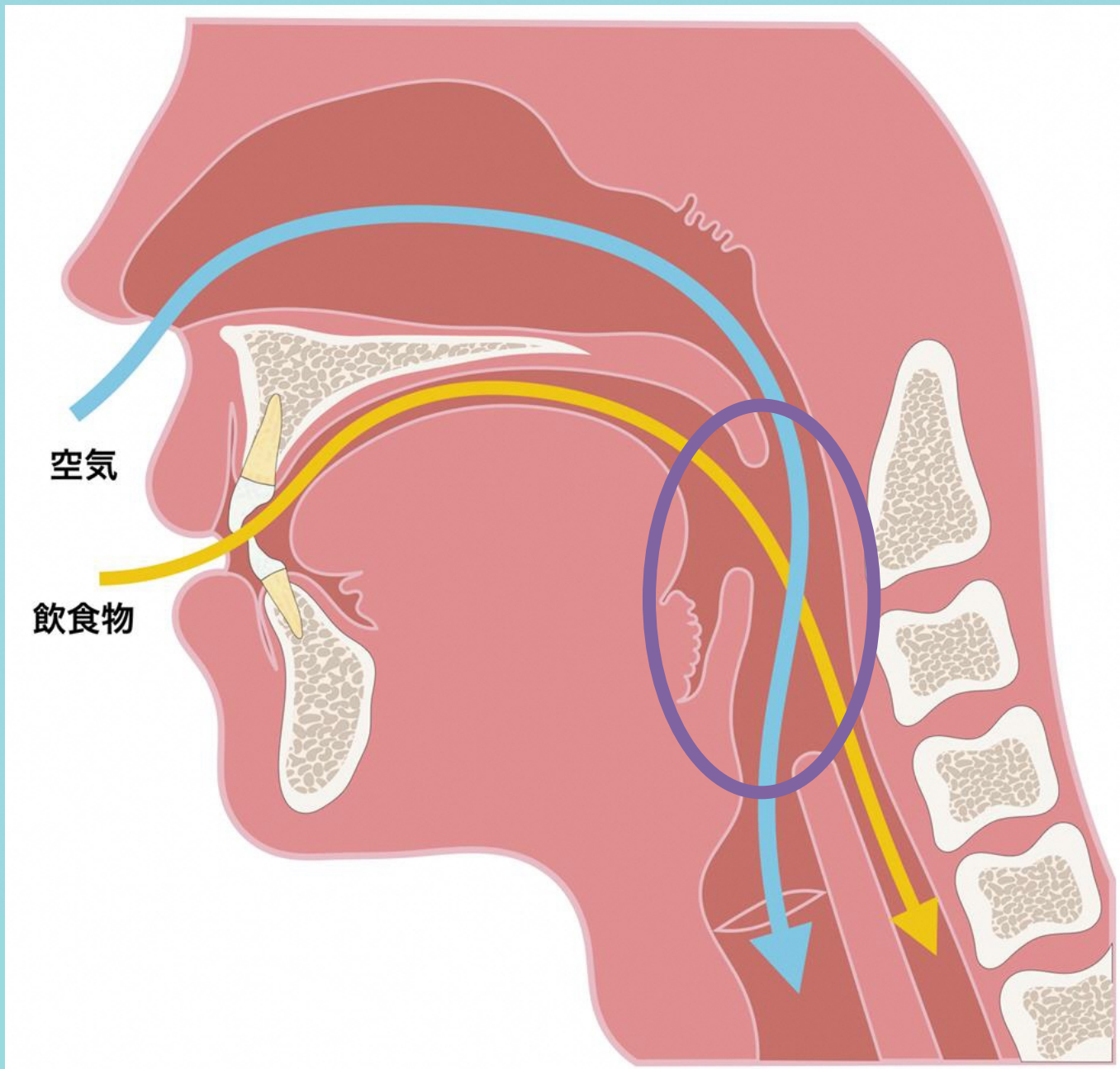
- 蒸す
- 煮る

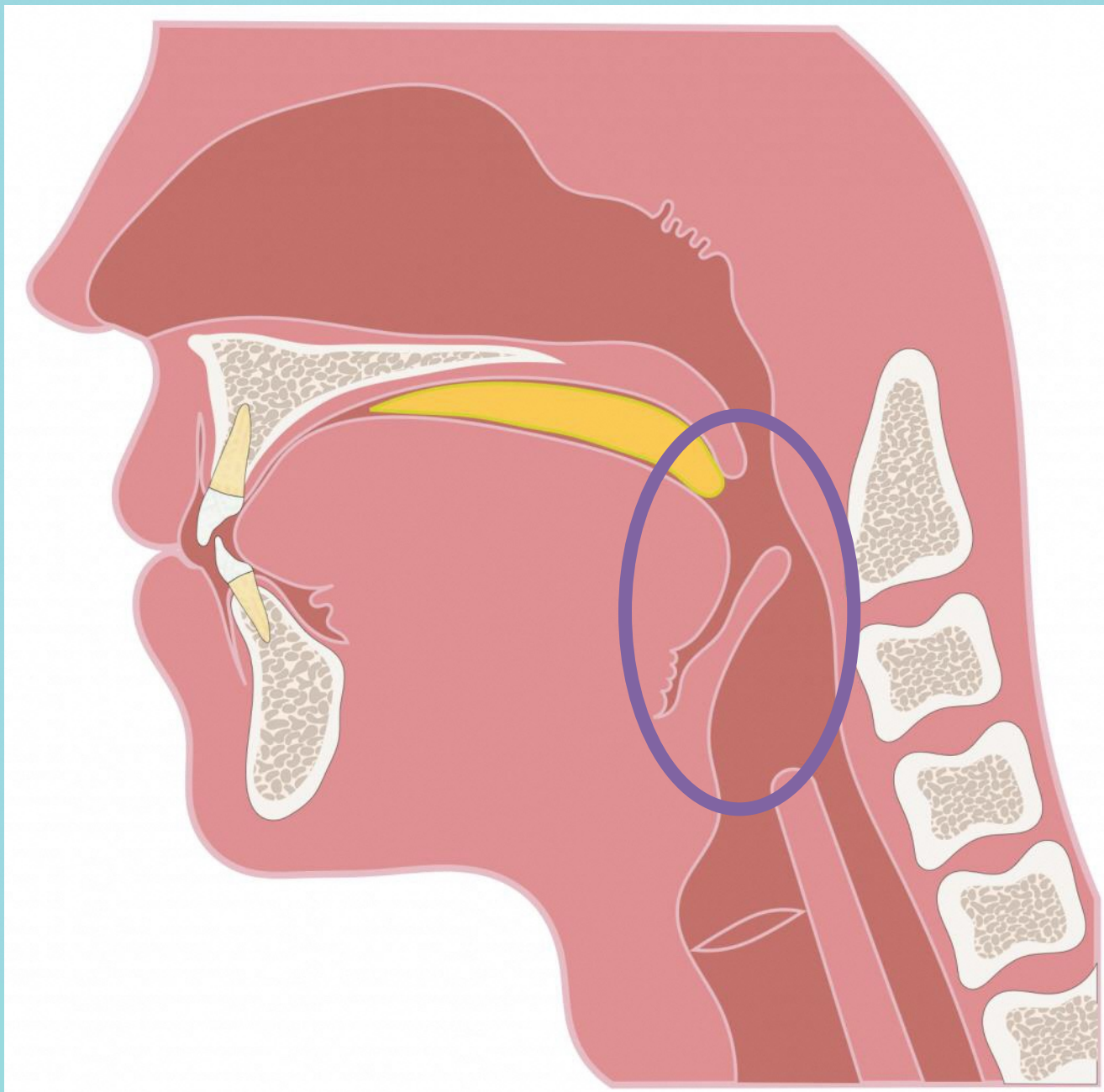
水分のある調理法がやわらかい

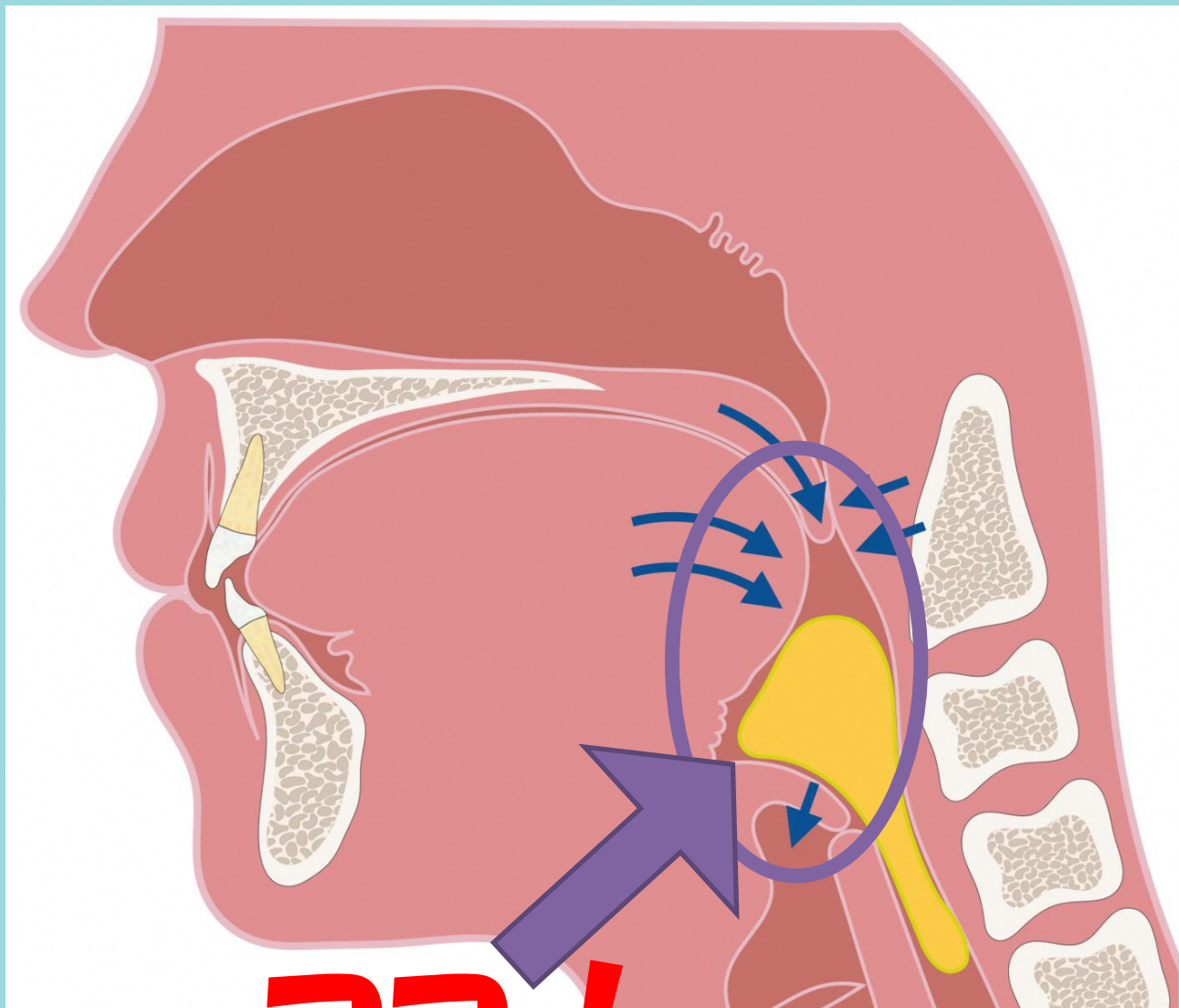
なぜ飲み込めなくなるのか？



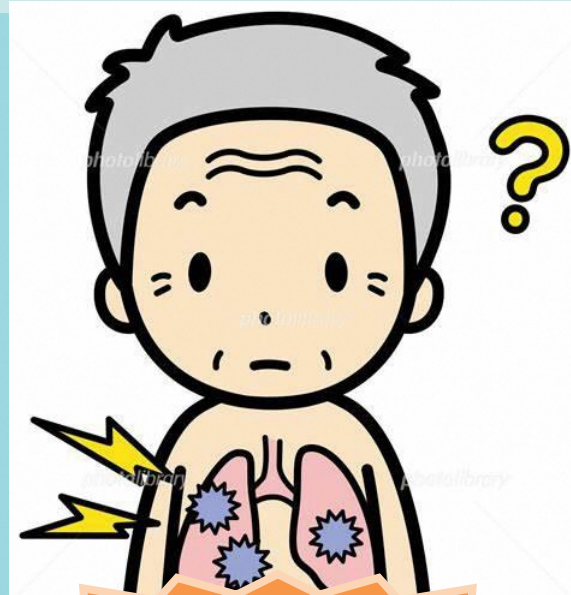
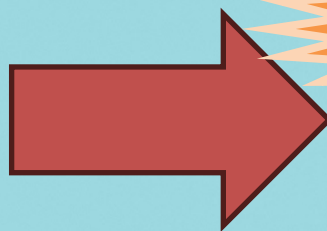
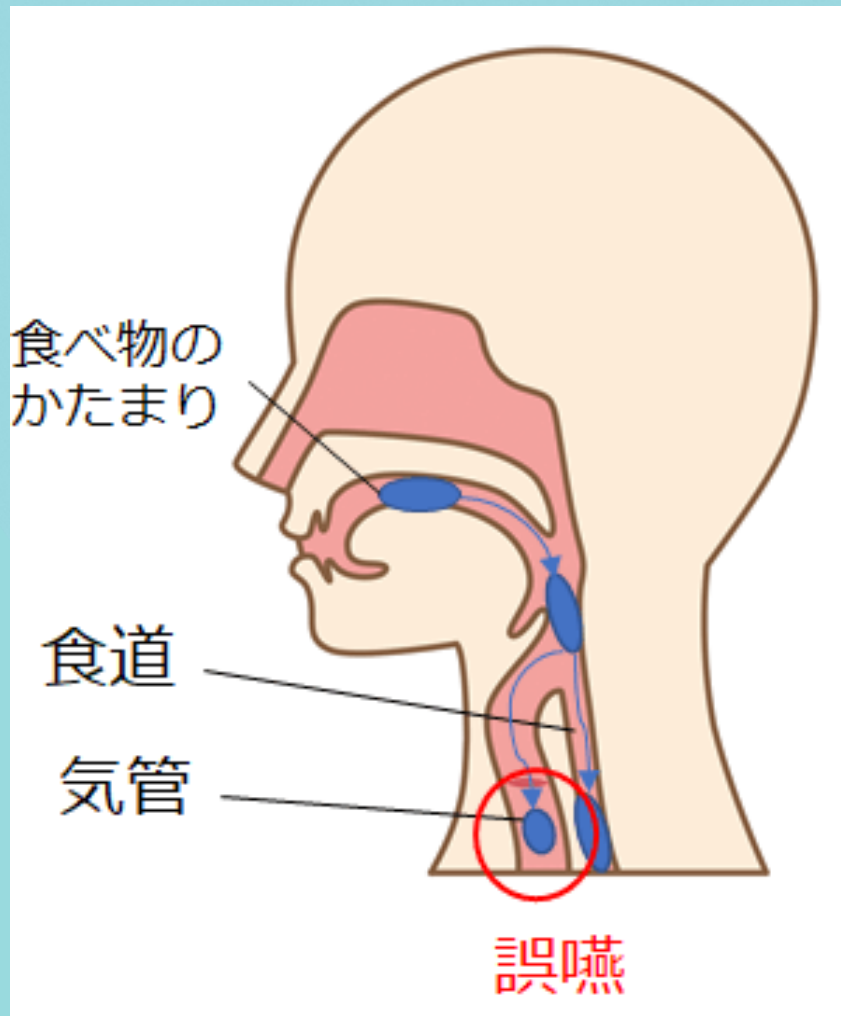
ムセが出てしまう原因は？







蓋が閉まりにくくなるため
ムセが起こってしまう



不顕性誤嚥



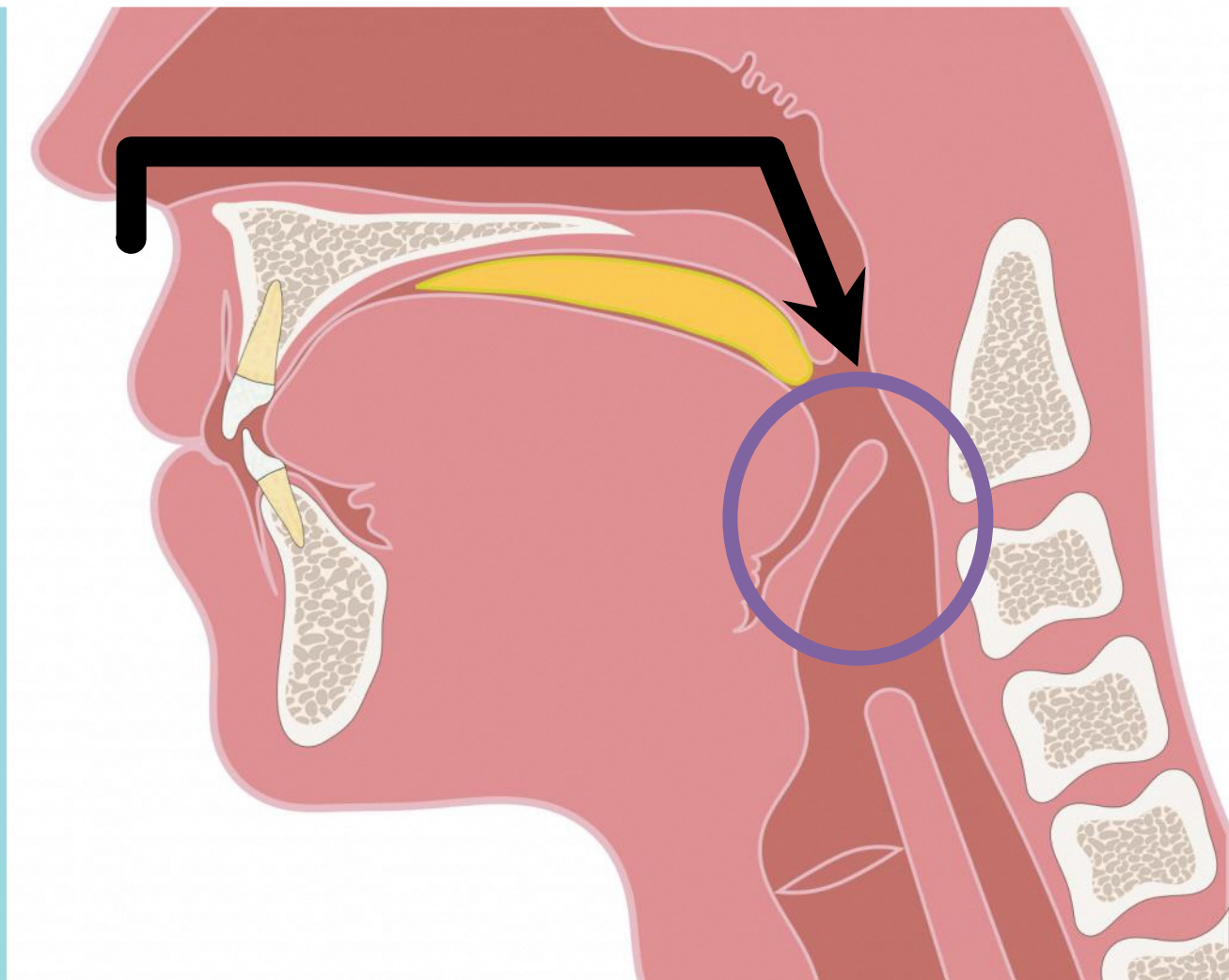
誤嚥性肺炎

嚥下内視鏡検査 (VE)

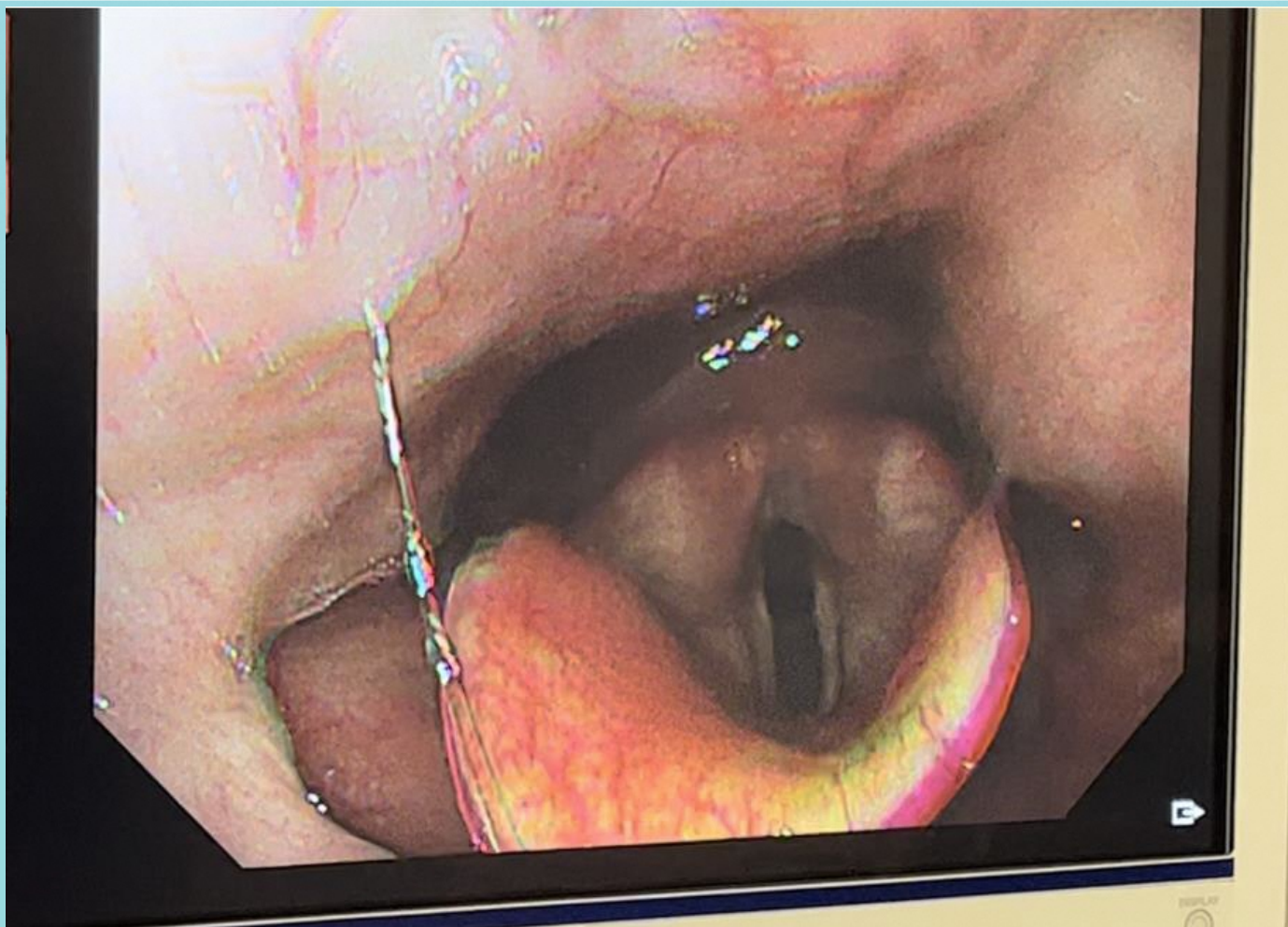
鼻からのどに内視鏡を挿入し
飲食物を正常に
飲み込めているかを
調べる検査



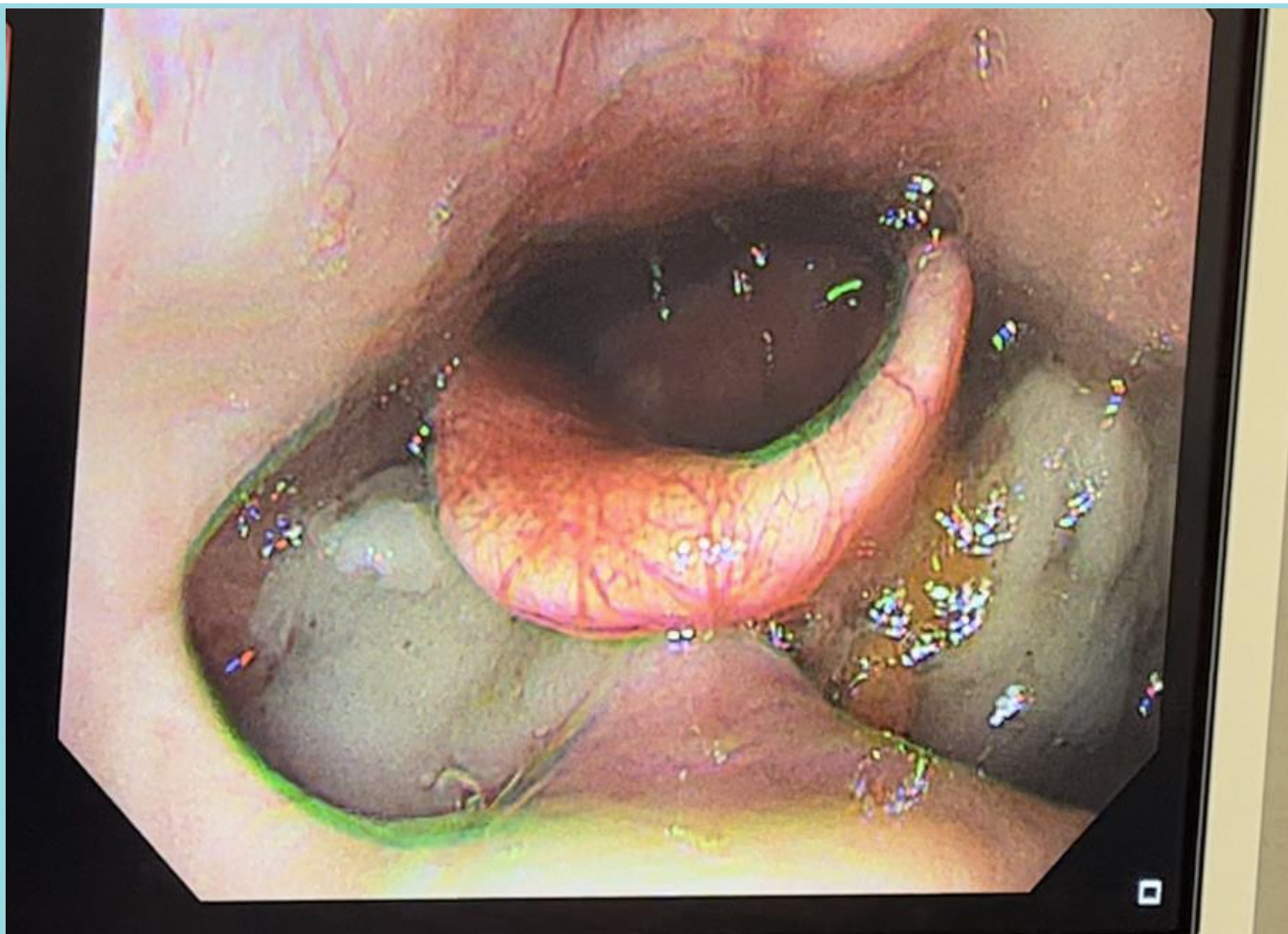
嚥下内視鏡検査 (VE)



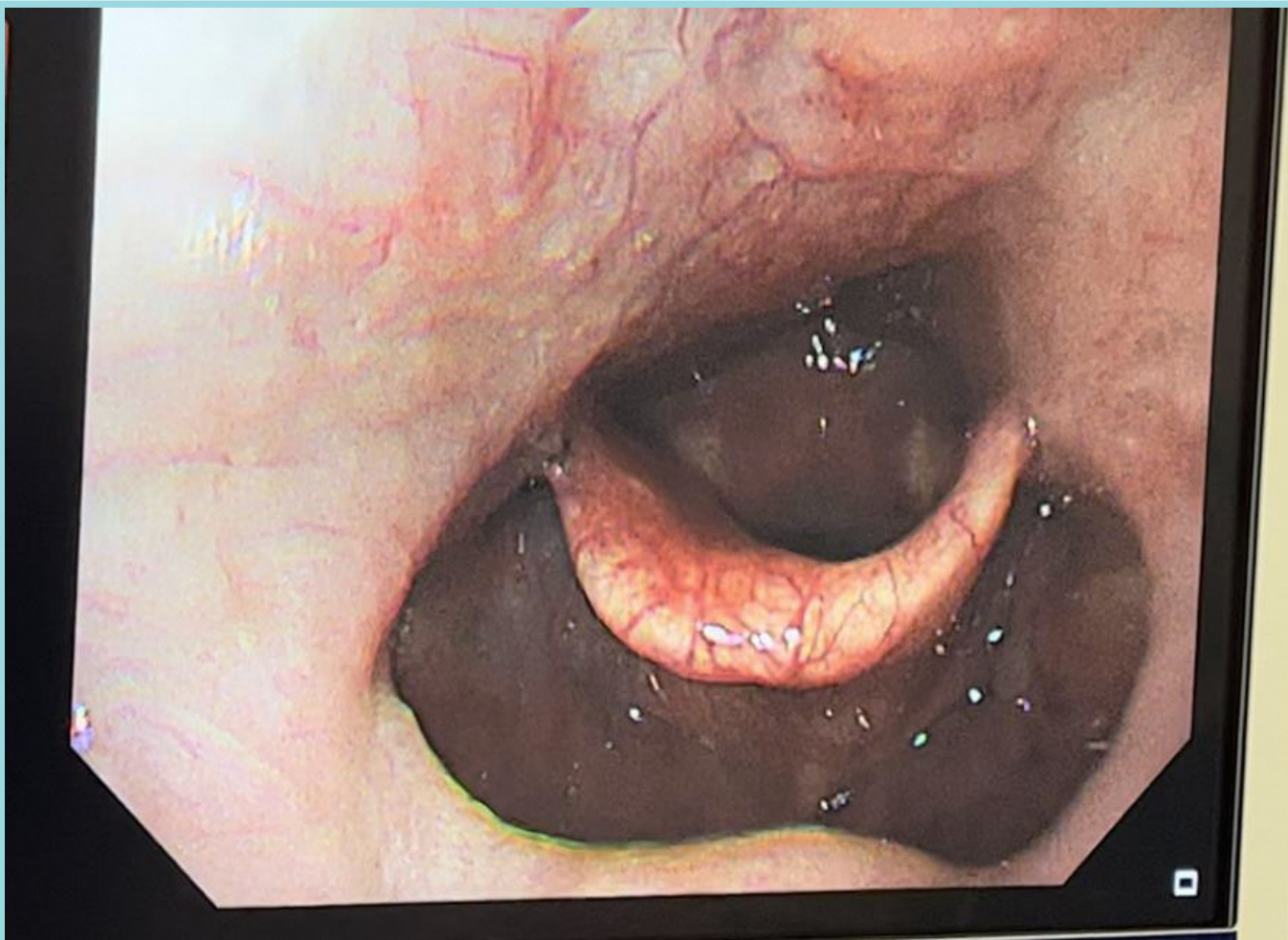
嚥下内視鏡検査 (VE)



嚥下内視鏡検査 (VE)



嚥下内視鏡検査 (VE)



嚥下内視鏡検査 (VE)



飲みこむ速度を調整する

とろみをつけます！



ポタージュ状



ヨーグルト状



マヨネーズ状

薄いとろみ < 中間のとろみ < 濃いとろみ

※嚥下障害が重度になればとろみは固くなる

学会分類2021（とろみ）早見表

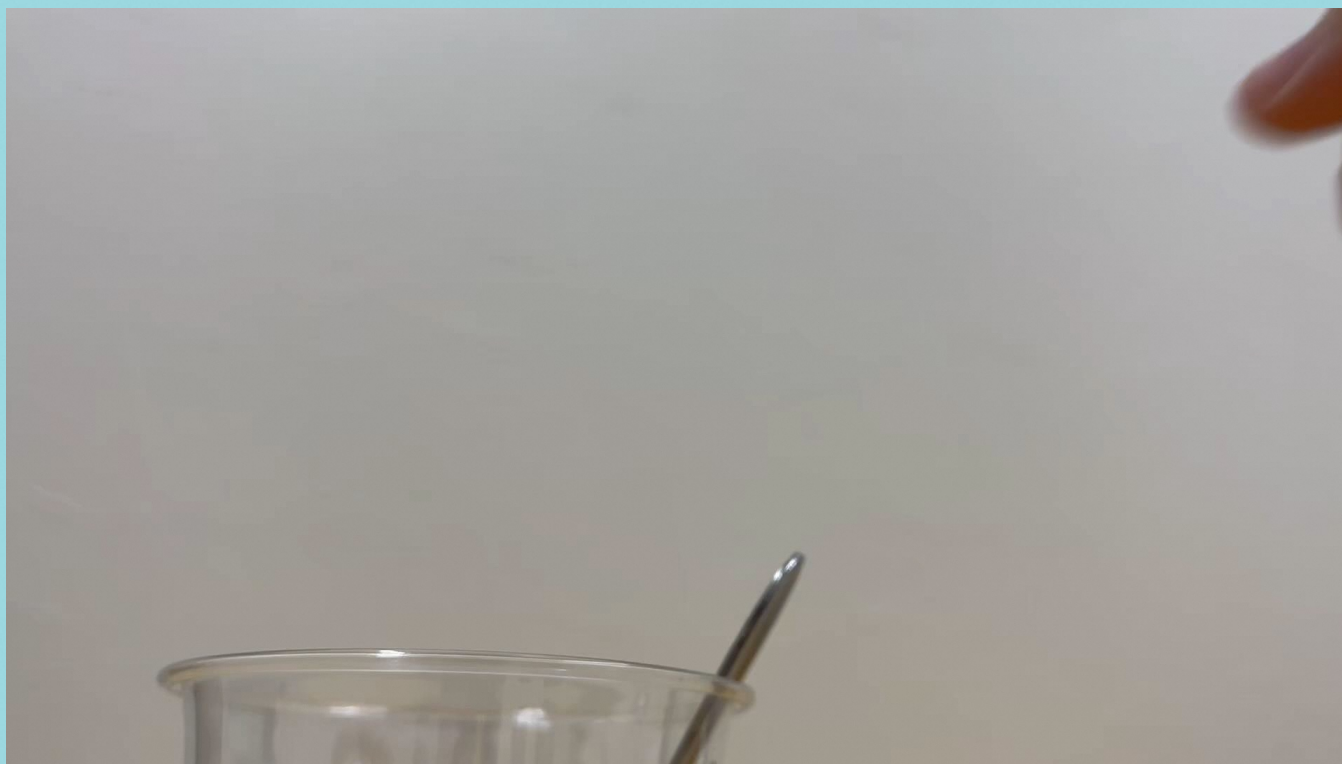
性状の説明	段階1 薄いとろみ	段階2 中間のとろみ	段階3 濃いとろみ
飲んだとき	「drink」という表現が適切なとろみの程度 ※とろみがついていることがあまり気にならない場合もある	明らかにとろみがあることを感じかつ 「drink」という表現が適切なとろみの程度	明らかにとろみが付いていてまとまりがよい送り込むのに力が必要で 「eat」という表現が適切なとろみの程度
	ストローで容易に吸うことができる	ストローで吸うのは抵抗がある	ストローで吸うのは困難
見たとき	スプーンを傾けるとすっと流れ落ちる	スプーンを傾けるととろとろと流れる	スプーンを傾けても形状がある程度保たれ流れにくい

とろみの付け方



かき混ぜながらとろみ剤を入れる

薄いとろみ（ポタージュ状）



水 1 0 0 cc に とろみ剤 1 g

中間のとろみ（ヨーグルト状）



水 1 0 0 cc に とろみ剤 2 g

濃いとろみ (マヨネーズ状)



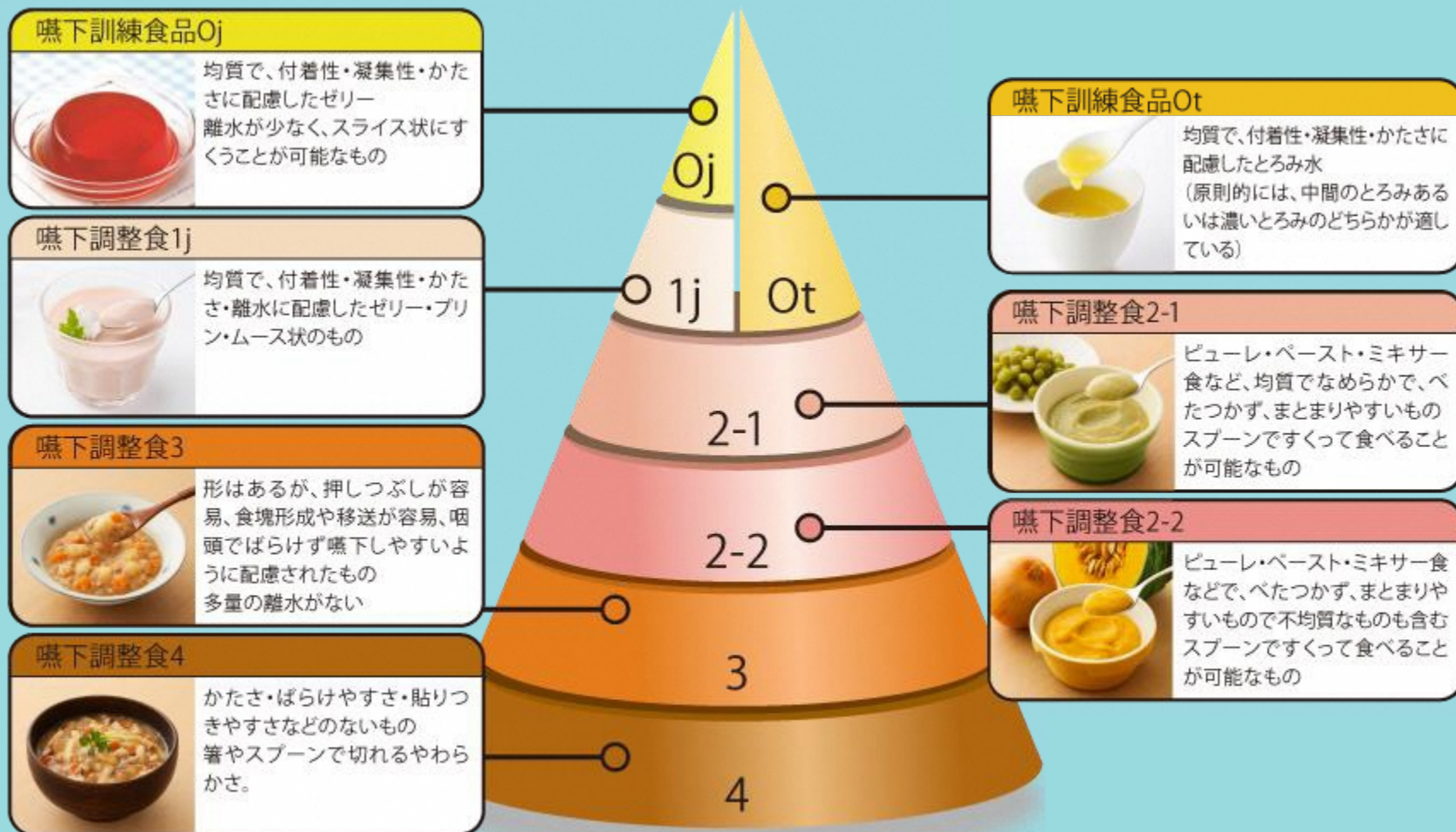
水 1 0 0 cc に とろみ剤 3 g

量は参考程度にして下さい



とろみ剤の種類で分量は変わります！

摂食嚥下学会分類の紹介



本日の内容について



- 嚥下調整食について
- 嚥下調整食の実際
(当院での取り組み)

当院（日浦病院）の紹介

病床数：198床

一般病棟：40床

地域包括病棟：65床

医療療養型：53床

特殊疾患病棟：40床



医療法人 外海弘仁会

トランキルテひうら
(サービス付高齢者住宅)

雪浦ひうらクリニック
(通所リハビリへの食事配送)

給食部門の紹介

直営運営

管理栄養士：5名 栄養事務：1名

<常勤> 調理師：3名 調理員：9名

<非常勤> 調理師：3名 調理員：4名

早出：4名（内1名 廿高住）

日勤：5名（内1名：職員食堂担当 2名：洗浄担当）

遅出：3名（内1名 廿高住）



当院の食形態について

	特徴
常食	一般的な食事
きざみ食	軟らかい食材を使用し 食べ易く刻んだ食事
ソフト食	コード4
嚥下食	コード3



嚥下調整食の実際

スベラカーゼ粥

副食

汁物

デザート

スベラカーゼ粥

飲み込みを考慮した ゼリー状の主食

摂食嚥下学会2021 コード2～3

※スベラカーゼ（フードケア）を使用し調理



スベラカーゼ粥



嚥下調整食の実際

スベラカーゼ粥

既製品と手作りの二刀流

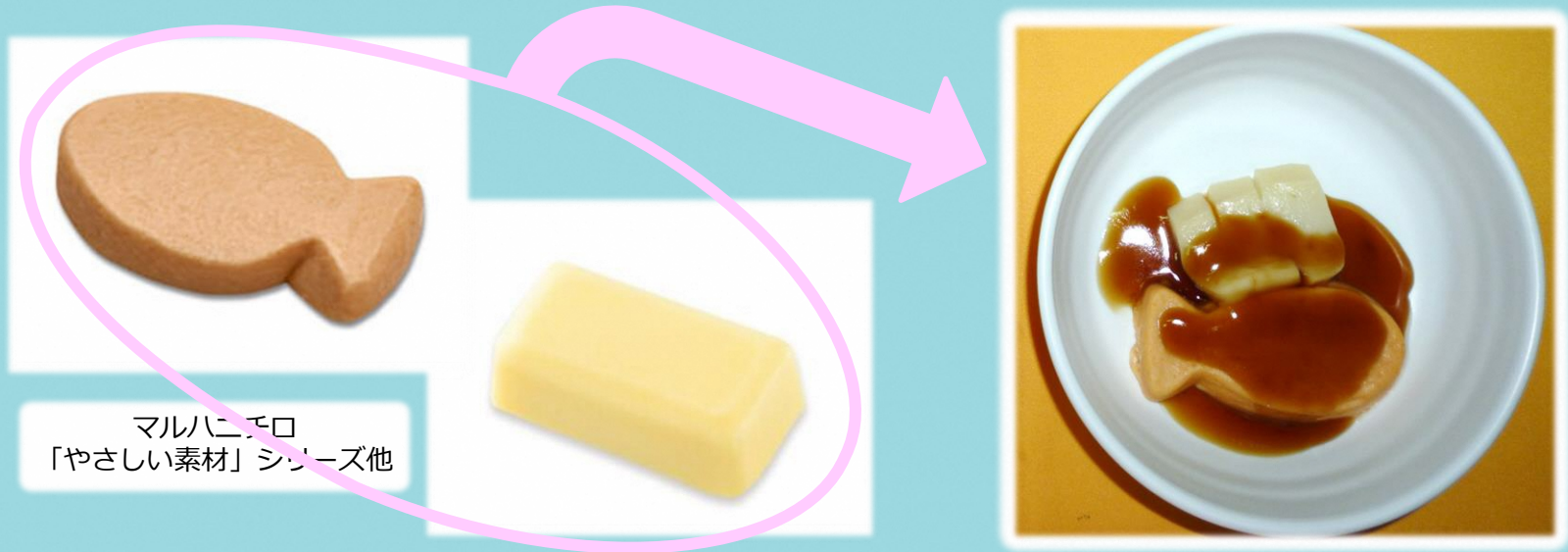
汁物

デザート

当院の食形態について

	特徴
常食	一般的な食事
きざみ食	軟らかい食材を使用し 食べ易く刻んだ食事
ソフト食	手作り中心
嚥下食	既製品

既製品の利用



栄養量と物性の安定

業務の簡便化

既製品の利用

— デメリット —

コスト増！

冷凍庫の確保！！

既製品の利用



多種類の食材が必要
人数分の在庫が必要



ほぼ1台が専用

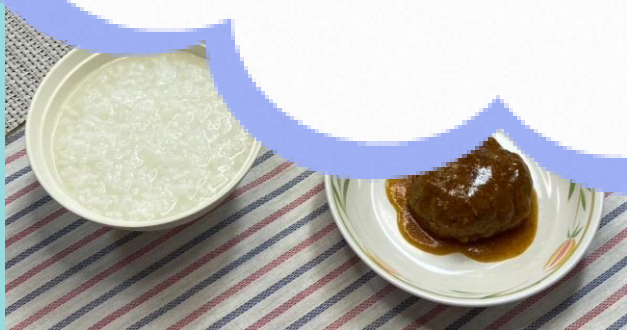
それでも
入らない……



手作りにこだわるソフト食

ムース状ではない

やわらかさと
まとまり易さを追求



調理方法



調理方法



調理方法



調理方法

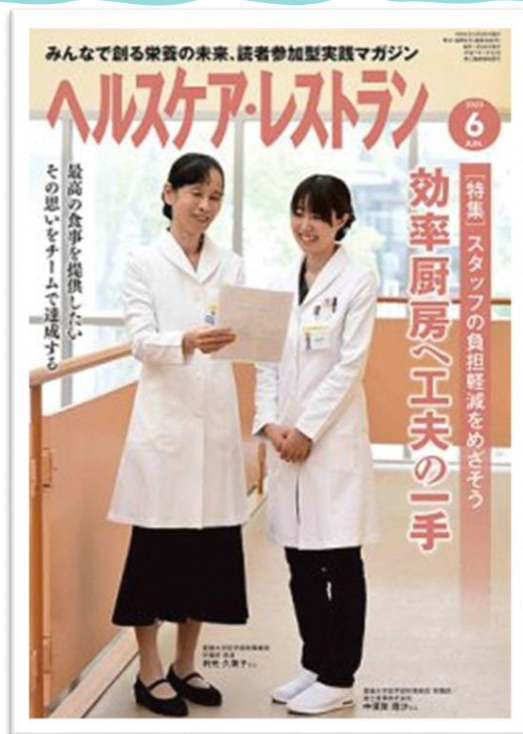


当院のソフト食紹介

RD's Kitchen
アールデイズキッチン

素材の特徴を活かした

世界
海に
同地
その
機能
そこ
咀嚼



ヘルスケア・レストラン
2023年6月号

RD's Kitchen

日浦病院 栄養管理部
ソフト食の紹介

医療

長崎県長崎市卜黒崎町1402

病床数：199床（一般病棟56床、特殊疾患病棟40床、

医療療養病棟53床、地域包括ケア病棟50床）

栄養管理部：管理栄養士5人、栄養事務1人、調理師6人、調理員14人



直営で給食運営を行っており、「栄養も治療の1つである」という院長の方針のもとフードサービスを提供する。職員食として、昼食には患者と同じメニューを提供し、病院食に対する理解を院内全体で深めながら高い質をめざす

嚥下調整食の実際

スベラカーゼ粥

既製品と手作りの二刀流

ポタージュの提供

デザート

ポタージュジュの提供



導入目的

咀嚼が困難になり
野菜が食べ難く
なった患者でも
野菜を摂れるように
したかった

ポタージュのメリット

- ・ 食物繊維やカリウム等のミネラル類・ビタミン類の補給
- ・ 油を追加しエネルギーを補給
- ・ ごはんや芋類を利用した自然なとろみづけ

ポタージュの紹介

野菜のポタージュで 咀嚼力が低下した方へ野菜の補給を促す



咀嚼がしにくくなった患者にとって、野菜は繊維が多く食べにくい食材の1つに挙がる。そのため、咀嚼力が低下した方の献立に取り入れることができる野菜の種類や量は限られ、食物繊維やカリウムといったミネラル類とビタミン類がとりにくくなっていると、栄養管理部では感じていた。また、嚥下機能が低下した患者へは咽頭への流入速度を抑える工夫として汁物にとろみをつけるが、その際にとろみ剤に頼らず自然なとろみで食べやすくしたいという思いもあった。この「野菜がとれ、できるだけとろみ剤等に頼らずに自然な形態で調理したい」という思いから考案したのが野菜のポタージュだ。

しかし、調理で課題となったのが、加熱した野菜をミキサーにかけると耐熱温度を超えてしまいガラス容器が割れてしまうこと。そして、量が多いとミキサーの刃が回らないことだった。

この課題を一気に解決へと導いたのが「Vitamix」(バイタミック

ス)。同製品の耐熱温度(100℃)とパワフルなモーターにより、ガラス容器が割れることもなく少量の水分でも攪拌することができるように。また、いも類や米飯と一緒に攪拌することで、自然にとろみをつけることもできた。

野菜のポタージュにはオリーブオイルを加えることで、ミネラル・ビタミン類のほかにエネルギーにも配慮。ソフト食以外の患者にも毎日夕食に提供しており、栄養摂取をおいしくサポートするメニューとして欠かせないものとなっている。

「提供当初は野菜の種類によって色が濃くなってしまったり、苦みが強調されて苦手を感じる患者さんもおられました。しかし、患者さんの意見から試行錯誤を重ね、レシピも安定した今では多くの方より好評を得ています。夕食で真っ先に野菜のポタージュを口にされる患者さんもおられるといった話も聞いています」と、栄養管理部では野菜のポタージュ提供に好感触を得ている。

調理工程



鍋で煮込む前に野菜はスチームコンベクションで蒸しておく。煮込み時間の短縮に



とろみ付けになる米飯は、野菜が軟らかくなってから入れ、底に張りつかないように注意。ここで調味すると、素材に味が染みやすい



数回に分けてスープをミキサーにかける。水分は煮汁で調整する



さらになめらかになるまで攪拌。米飯のでんぷんでミキサーが回りにくい時はタンパーで攪拌する



ザルで濾し、誤嚥などの原因になる粒が残らないよう注意



豆乳を加え最終調味した野菜のポタージュ

できあがり!

調理方法



調理方法



調理方法



調理方法



完成



嚥下調整食の実際

スベラカーゼ粥

既製品と手作りの二刀流

ポタージュの提供

ゼリー形態ではないデザートを提供

ゼリー形態ではないデザートを提供

飲み込み易さを考慮すると
ゼリー形態 ほぼ1択



マンネリ化 = 喫食率の低下

ゼリー形態ではないデザートを提供

物性の評価

提供可能か言語聴覚士に試食依頼



ゼリー形態ではないデザートを提供

レシピ開発

第3回 長崎嚙下食デザートコンテスト入賞



ゼリー形態ではないデザートの提供

2022

第3回
長崎嚙下食デザートコンテスト
レシピ集

おいしく、手軽に！




レシピ企画・作成
ゆめカステラプロジェクト
令和4年度長崎市市民活動支援補助金交付事業

チョコレート部門
グランプリ

学会分類 4 ※P5 参照

1 ふんわりしっとりチョコケーキ
応募者 柳 慶子
医療法人外海弘仁会 日浦病院



材料 (4人分)

- ・サンドイッチ用食パン 4枚
- ・牛乳 100ml
- ・マシュマロ 100g
- ・チョコレート (ビター) 50g
- ・バニラアイス 100ml
- ・生クリーム 50ml
- ・砂糖 10g

作り方

- ①食パン全体にフォークで穴をあけ1枚ずつ4等分に切る。
- ②鍋に牛乳を入れ弱火にかけふつふつしてきたらマシュマロを入れ溶かす。
- ③マシュマロが溶けたら火からおろしチョコレートを手で割りながら加える。
- ④チョコレートが溶けたら常温で少しやわらかくしたバニラアイスを加える。
- ⑤④に①をしっかり浸し2枚ずつ重ね、パッドに並べ余った液をかけて冷蔵庫で冷やす。
- ⑥生クリームを泡立てツノがたったら砂糖を入れさらに泡立てる。
- ⑦⑤で生クリームをサンドし盛り付けて完成。

ワンポイント

量を多く作る際はアイスをレンジで温めるなどしてしっかり溶かした方がパンに液が浸みこみ易いです。パンが少し崩れそうになるくらいが浸透できた目安になります。浸みこみに不安があるときはパンを浸しているときに湯煎すると浸みこみ易くなります。※直接火にかけるとチョコレートの油脂が浮いてくるので湯煎が望ましいです。

ゆめカステラプロジェクト (yumecastella.com)

ゼリー形態ではないデザートを提供

レシピ開発

第4回 長崎嚙下食デザートコンテスト入賞



グランプリ



審査員特別賞

まとめ

- **食事は入院生活における楽しみ**
- **やりがいは「おいしかった」という一言**
- **安心・安全な食事の提供が前提**