

# ハビリのツボ

## ムセのない誤嚥もあるってホント??

言語聴覚士の岡です。今回は、ムセのない誤嚥についてお話しします。時々「最近ムセることが増えました」とご家族様から相談を頂くことがあります。やはり嚥下障害の一症状として、「ムセること」が重要視されがちです。

### そもそも「誤嚥」とは

- ・一般的には、食道に入るべき唾液や食物が気管に入ってしまうことを指し、多くは「ムセ」を伴います。
- ・ムセとは、空気以外のものが気管に入ったことを感知する防御反応です。

加齢によって喉の感覚が落ちたり、防御反応が弱くなると・・・

気管に入っても「ムセ」が出ない=不顕性（ふけんせい）誤嚥を引き起こすことになります。

普段からムセがないもしくは少ないから大丈夫とっていると、知らず知らずのうちに誤嚥を繰り返し、気付いたら誤嚥性肺炎だったということも少なくありません。外からでは判断しにくいので、嚥下内視鏡検査を受けて判明する事が多いですが、普段の様子でも危険なサインに気付くことは可能です。



### ムセ以外に注意すべき不顕性誤嚥のサイン

- ① 痰が多い
- ② 風邪や尿路感染がないのに頻りに熱が出る
- ③ 食事中や食後に、声がガラガラ声したり、かすれる

高齢者は熱が出にくく、出たとしても微熱程度に留まる事も良くあります。早期に発見し、重症化を防ぐために、微熱がダラダラ続く、なんとなく元気がない、ぼーっとしている等変化があれば、早めに受診をしましょう。



## デイフ～しん

8月のお楽しみオヤツは菓農庵、春泰堂のくずアイスと水ようかんでした。ご利用者からは「こんなアイス初めて食べた。美味しい」「このようかんは餡子が濃くておいしい」と、とても好評で、家族で買いに行きたいと店の名前をスタッフに確認する利用者さんも数人いました。今後も季節に合わせた楽しい行事を提供していきます。



(お写真及びお名前の使用については、ご利用者様、ご家族様の許可を頂き掲載しています。)



# 高井の里だより

医療法人財団慈強会 介護老人保健施設高井の里  
〒791-1111 松山市高井町 1203 番地  
TEL : 089-975-7761 FAX : 089-976-5779  
<http://www.jikyokai.or.jp/facility/takai/>



## 行事&クラブ予定

- 9月11日 手品ボランティア(デイ)
- 9月12日 お茶会(2階)
- 9月13日 看護学生ボランティア(デイ)
- 9月17日 習字クラブ
- 9月18日 お茶会(3階)

8/29(木)に夏祭りを行いました。今年は「スイカの種飛ばしゲーム」と「金魚すくいゲーム」と、「たこ焼き」「ジュース」を用意させていただきました。いつもと違う雰囲気の中でいただくおやつに皆様の笑顔がいっぱいでした。スイカの種飛ばしゲームは「加減が難しいねえ」と話されながら楽しまれていました。台風接近で生憎のお天気でしたが家族様にもご参加いただき楽しい夏祭りとなりました。(2階)





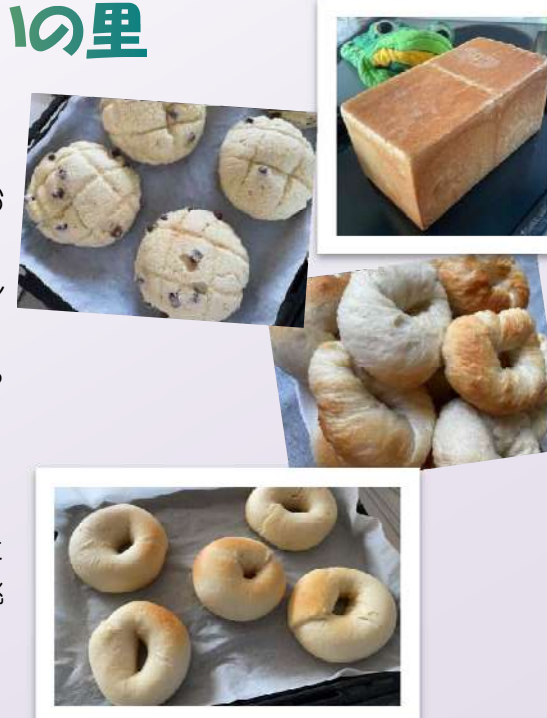
# 祭 2階夏祭り

やぐらにゲームにたこ焼きに・・・  
ご家族一緒に過ごす楽しい時間。  
利用者さんの笑顔と活気に溢れたお祭りでした☆



### 職員FILE No.278

こんにちは。7月より3階にてお仕事をさせていただいております、横山です。  
介護福祉士になり、はや19年目となりました。笑顔で優しく寄り添うケアを心がけております。  
趣味は、ベーグル・パンをすることです。糀や果物などから天然酵母をおこして、それを使って作ります。酵母作りは、とても難しく季節や温度で発酵する時間が異なります。また、しっかりと管理をしないとうまく発酵してくれません。たくさん失敗をしながらもうまくできた時のうれしさは、なんとも言えないものです。これからも色々な種類のパン作りに挑戦していきたいと思っております！みなさまどうぞよろしくおねがいいたします。



# 3階夏祭り

8/21(水)にミニ夏祭りを行いました。  
今年は「魚釣り」と「輪投げ」のゲームを行い、「たこ焼き」・「ジュース」をいつもと違う雰囲気で行きました。ご家族さんにも多数参加して頂き、笑顔いっぱいの楽しい夏祭りになりました。(3階)



## お誕生日おめでとうございます！

担当スタッフからのコメントと共に8月にお誕生日を迎えた入所者様をご紹介させていただきます。



お誕生日おめでとうございます。これからも身体に気を付け、元気にお過ごしください。



お誕生日おめでとうございます。巨人の優勝願っていますよ。これからも身体に気を付けてお過ごしください。



笑顔が素敵な岡崎さんにいつも癒されています。これからも元気でいてください。89歳おめでとうございます。



お誕生日おめでとうございます。ご自身でできることはスタッフに頼らずに一生懸命されている姿がとってもかっこいいです。



お誕生日おめでとうございます。暑い日が続いていますが暑さに負けず元気に頑張りましょう



お誕生日おめでとうございます。オリンピック楽しめましたか。暑い夏が続きますが、体調に気を付けて過ごしましょう。



お誕生日おめでとうございます。元気に楽しくお過ごしください。



有章さんお誕生日おめでとうございます。慣れない場所(3F)へ来られどうですか？新しい場所で新たな出会いがありますよ。みんなと仲良く過ごしましょう。