



福あーる訪問看護
リハビリステーション.R

No.32 6月 水無月号
早良事務所
〒811-1101 福岡市早良区重留2丁目
19-5-17ニイ 重留8101
TEL 092-872-8090
太宰府事務所
〒818-0105 太宰府市都府楼南4丁目
13-16 都府楼南4丁目信家A-1
TEL 092-555-7680

JUNE 福あーる新聞

こんにちは、福あーるです。6月になりました。梅雨の真っ只中ですが、時折かんかん照りの日も挟みあまり梅雨を感じないこの頃です。6月は和風月名で水無月。水無月という呼び名には、いくつかの由来が考えられますが、最も有力なのは、田んぼに水を引くことから「水無月」と呼んだという説です。この説では、「無」は「の」の古語で、「水な月」＝「水の月」という意味となります。由来を調べると面白いですね！

さて、今回は誤嚥と予防と言うテーマで、自宅でできるスクリーニング検査についてまとめました。参考になりますと幸いです！



自宅でできる嚥下機能スクリーニング検査 \STまとめ/ RSST (反復唾液嚥下テスト)

方法

中指でのどぼとけを軽く押さえた状態のまま、30秒間唾液を飲み続け、連続して何回ごっくと飲み込めるか(嚥下反射)を確認します。のどぼとけが中指をしっかりと乗り越えた場合のみを有効としてカウントし、**3回以上であれば正常です**。3回未満の場合は嚥下機能が低下している可能性があるため、より精密な評価や検査などが必要になります。



口腔内が乾燥して飲み込みに支障がある場合は、スポンジブラシ等で軽く湿らせるなど、ごく少量の水分で湿らせましょう



注意事項

回数だけクリアしても、注意要す場合がある

3回できたとしても徐々に遅くなるパターンは要注意。食事時間がかかり、嚥下反射が起こりにくく誤嚥のリスクが高い。

安全性

入居者1,098名中、高度の認知症、体調不良を除いた1,048名で実施可能であったと報告されている。

引用文献: 反復唾液嚥下テストは施設入所高齢者の摂食・嚥下障害をスクリーニングできるか? 鄭 漢忠, 高 律子, 上野 尚雄, 原田 浩之



SCAN ME



@FUKURHOMONKANGO

看護師より一言

「むせやすくなった」「食事に時間がかかる」などの変化はありませんか? RSSTは飲み込みの力を見る簡単な検査です。結果が3回未満だった方や食事の様子で気になる点がある場合は言語聴覚士(ST)の評価をご案内できます。早めの対応が安心して食べ続けることにつながります。気になることがあればお気軽にご相談ください!

インスタしています! お役立ち情報や職員の日常を発信しています😊

