

誤嚥性肺炎予防

食品編

誤嚥を起こしやすい食品の特徴

- ① 水っぽい液体や、ばらけやすい食品
- ② のどにくつつきやすい食品
- ③ すすって口に入れる食品

●要注意食品キーワード

サラサラ



・水・お茶・コーヒーなど

のどを素早く通過し、気管に入りやすい。

モチモチ



・もち・だんご・赤飯など

粘りが多く窒息の危険がある。

ベタベタ



・ミキサーにかけたおかゆなど

唾液の作用で溶け出し気管に入る事がある。

ボロボロ



・ご飯粒・そぼろなど

飲み込むときにバラつき誤嚥しやすい。

ペラペラ



・のり・わかめ・おひたしなど

付着性が高く、のどに張り付きやすい。

パサパサ



・パン・カステラ・イモ類など

水分量が少ないため飲み込みにくい。

ツルツル



・ラーメン・そば・うどんなど

噛まずに飲み込んでムせる事がある。

誤嚥性肺炎の予防には、多くの方法があります。今回は誤嚥を予防する食事についてです。誤嚥しやすい食品を注意することで、リスクを減らすことはできます。できるだけムセやすい食品を避け、食べ方を工夫してみましょう。また食品の種類や、調理の方法によって食べ物はムセやすくなったり、ムセにくくなったりします。

訪問歯科新聞



令和5年
11月号

医療法人社団 慶実会

グレースデンタルメディカル

クリニック大宮分院

〒330-0802

埼玉県さいたま市大宮区宮町3-7-4

谷中ビル2階

TEL: 048-662-9461

FAX: 048-644-1183

グレースデンタルメディカルクリニック