

「食べる」を支えるために — 神経難病患者さんへの食支援と多職種連携 —

新潟大学医歯学総合病院 摂食嚥下機能回復部 真柄 仁

食べる、飲み込むことの問題「摂食嚥下障害」

神経難病の中には、筋萎縮性側索硬化症やパーキンソン病、多系統萎縮症など、病気の進行とともに手足や体の動きだけでなく、「食べる」「飲み込む」といった機能が低下する「摂食嚥下障害」が起こりやすい病気があります。食べる動作は、単に飲み込むだけではなく、「食べ物を認識して口に運ぶ段階(先行期)」「かんで食べ物をまとめる段階(準備期)」「食べ物を喉へ送る段階(口腔期)」「飲み込む反射が働く段階(咽頭期)」「食道から胃へ送り込む段階(食道期)」といった複数の連続した過程から成り立っています(図1)。

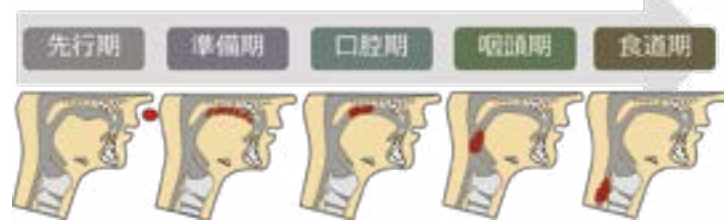


図1. 食べる動作は、先行期～食道期の5つの段階から成り立っている。

神経の病気では、筋力低下や動きのぎこちなさだけでなく、感覚の低下や自律神経の動きの低下なども加わるため、これらすべての段階に影響が及ぶことがあります(表1)。

なかでも特に重要なのが、「飲み込む反射が働く段階(咽頭期)」です。飲み込みの反射である嚥下反射は、食べ物や飲み物を食道へ送り込む動きだけでなく、それらが誤って気管に入る「誤嚥」を防ぐ、体の大切な防御反応でもあります。30種以上の筋肉が、わずか1秒足らずの間に精密に協調して働くことで成り立っています。そのため、神経の病気によって、この仕組みの一部でうまく働かなくなると、食べ物や唾液が気管へ入りやすくなり、誤嚥が起こりやすくなります。誤嚥は、むせ込みだけでなく、肺に入り込んだ食べ物や唾液によって炎症を起こす「誤嚥性肺炎」の原因となることがあり、注意が必要です。

飲み込みの段階	起こる問題	みられる症状
見る、食べる前の準備(先行期)	注意力や認知機能の低下	食べ物への関心低下、食事に集中できない、食具がうまく使えない、食事を嫌がる
咬んでまとめる(準備期)	顎、唇、舌の動きが悪くなる	かみにくい、食べ物をまとめにくい、口の中に残る、食べこぼし、よだれが多い
食べ物を喉へ送る(口腔期)	食べ物を喉に送る舌の動きが悪くなる	飲み込みに時間がかかる、何回にも分けて飲み込む、口の中に食べ物が残る
飲み込む反射が働く(咽頭期)	飲み込む反射の低下、のどの動きの低下	むせる、誤って気管に入る(誤嚥)、のどに食べ物が残る
食道から胃へ送る(食道期)	自律神経機能の低下で、食道の動きが弱くなる	食べ物がつかえる、逆流する、胸やのどの違和感

表1. 飲み込みの段階ごとにみられる問題と症状

神経疾患の摂食嚥下障害の特徴と対応

神経難病では、症状が少しずつ進行し、食べることや飲み込むことだけでなく、手足の動きや呼吸、体力など全身の機能にも影響が及びます。そのため、飲み込みの障害に対しても、「治す」ことより、「安全に食べ続ける」ための工夫や支援が重要になります。

基本的な食事支援の考え方は共通しており、まず飲み物への工夫が重要です。特に水やお茶などの液体は誤嚥しやすいため、少量でもとろみをつけることで、むせ込みが改善することがあります(図2)。また、食べ物をかみやすく飲み込みやすい形態へ調整することや、一口量を少なくすること、食事時の姿勢を工夫することもあります。

さらに、食事量が減ってきた場合には高カロリー栄養補助食品を利用し、低栄養や脱水、誤嚥の危険性が高くなった場合には、病状や体力に応じて胃ろうなどによる栄養管理を検討します。重度の誤嚥を繰り返す場合には、耳鼻咽喉科医と相談しながら、誤嚥を防ぐための外科的治療が行われることもあります。

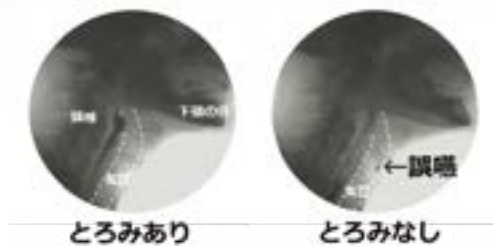


図2. 嚥下造影検査での誤嚥の評価。液体にとろみがあると誤嚥を減らせることが多い。

舌の力に注目した研究の紹介

我々歯科医師は、食べ物をまとめたり、のどへ送り込んだりする際に重要な役割を担う「舌」に注目してきました。舌の力や動きが低下すると、食べ物や飲み物を誤って気管へ入れてしまう「誤嚥」が起こりやすくなります。そこで私たちは、「舌圧測定」という、舌で上あごを押す力を測る検査に取り組んでいます。筋萎縮性側索硬化症や多系統萎縮症の患者さんを対象に調べたところ、舌の機能が低下している患者さんほど液体誤嚥が起こりやすく、ある一定の基準値を下回ると、およそ8割程度の精度で誤嚥リスクを予測できることが分かりました(図3)。舌圧測定は簡便に行うことができ、飲み込みの状態や誤嚥の危険性を知る手がかりとして役立つ可能性があります。

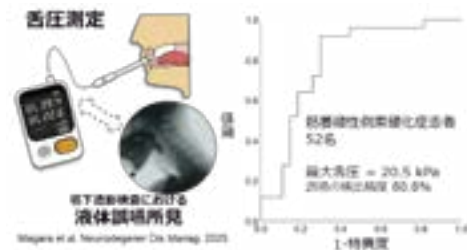


図3. 舌圧測定と液体誤嚥の関係を評価した臨床研究。

多職種で支援する神経疾患の摂食嚥下障害

神経難病による飲み込み障害は、病気の進行とともに変化していくため、長い経過の中で継続的な支援が必要になります。そのため、脳神経内科の主治医だけでなく、耳鼻咽喉科医、歯科医師、リハビリ専門職、看護師、管理栄養士、在宅医療スタッフなど、多くの職種が連携しながら支えていくことが大切です。地域で口腔・嚥下機能の支援を続けていくために、新潟県歯科医師会の在宅歯科医療連携室では、誤嚥性肺炎予防のための専門的な口腔ケアや歯科訪問診療を在宅や施設でも受けられるよう、地域歯科医療との連携体制を整えています。また、当科では、県内地域で摂食嚥下リハビリテーションを担う主治医を養成する目的で、「摂食嚥下治療登録医制度」に取り組んでいます。修了医のリストを活用することで、地域の歯科医師への相談や、必要時には専門医療機関への紹介につなげることができます。さらに、当科では「OISHIEN®」という情報共有システムを活用し、専門病院で行った飲み込みの評価やリハビリ内容を、

地域の医療機関や在宅医療チームと共有する取り組みも始めています。

このような連携によって、誤嚥や低栄養、呼吸機能低下などの変化を早めに見つけ、必要なタイミングで専門的な診療につなげることができます。患者さんが安心して「食べること」を続けていくためには、家族を含め、多くの職種の医療者が情報を共有しながら、継続的に支えていくことが重要です。本稿が、摂食嚥下障害をもつ患者さんへの食事支援について理解を深める一助となれば幸いです。

令和7年度 入院調整・療養相談の実績報告

令和7年度の実績について報告します。延べ相談数は74件、相談実人数は23名でした。

疾患別では、神経・筋疾患の指定難病が20%、その他の指定難病が45%と指定難病は65%を占めています。最初の相談は、患者・家族、医師から頂きました。

相談内容は、医療に関するものや制度・社会資源について、意思決定にかかわる心理的支援等がありました。お困りのことがありましたら、お気軽にご相談ください。

1 疾患別内訳

区分	疾患	人数	延べ件数
神経・筋疾患 指定難病	筋萎縮性側索硬化症	1	1
	重症筋無力症	1	1
	大脳皮質基底核変性症	1	12
	進行性核上性麻痺	1	1
指定難病 その他の	特発性拡張型心筋症	2	2
	サルコイドーシス	1	1
	肺高血圧症	1	1
	脂肪萎縮症	1	3
	先端巨大症	1	1
	混合性結合組織病	1	5
	多発性血管炎肉芽腫症	1	1
	全身性エリテマトーデス	1	4
	プラダ・ウイリー症候群	1	6
	クローン病	1	1
	慢性特発性偽性腸閉塞症	1	5
特発性後天性全身性無汗症	1	1	
内分泌・代謝内科疾患	2	2	
難病疑い		0	0
難病以外の疾患		3	25
不明		1	1
合計		23人	74件

2 相談内容別内訳

内容	延べ件数
長期入院	1
レスパイト入院	0
入院時調整	0
今後の療養先に関するもの	0
在宅療養支援	6
医療に関するもの	41
意思決定にかかる心理的支援	6
制度・社会資源	16
医療機関・関係機関の問い合わせ	0

3 最初の相談者

職種	件数
患者・家族	10
医師	7
看護師	0
保健師	1
ケアマネージャー	0
その他	5
合計	23件

令和8年度 新潟県難病医療ネットワーク医療従事者研修会について

第1回医療従事者研修会 オンライン開催

日時：令和8年8月3日(月) 15:00～17:00

内容：○情報提供「新潟県難病医療提供体制について」

○情報提供「新潟県・新潟市難病相談支援センターの事業について」

講演：「全身性エリテマトーデス(SLE)の理解と支援～最新治療と療養支援のポイント～」

新潟大学医歯学総合病院 腎・膠原病内科 佐藤弘恵 先生

*第2回研修会は、開催予定が決まり次第、関係機関にご案内させていただきます。

編集後記

日頃より新潟県難病医療ネットワークへのご理解、ご協力をありがとうございます。今回は、患者さんやご家族または在宅療養を支える支援者に知っておいて欲しいことをテーマにご寄稿いただきました。患者さんと接するときに役立てていただけたら幸いです。

当ネットワークのホームページには、相談等のお問い合わせフォーム、研修会のお知らせ、ニュースレターなどを掲載しています。ご活用ください。また、今後取り上げてほしい話題等がございましたら、ご意見をお寄せください。

新潟県難病医療ネットワーク

相談時間：月～金曜日 9時00分～16時00分(年末年始・祝日除く)

担当：難病診療連携コーディネーター・難病診療カウンセラー

電話：025-227-0495 FAX：025-227-0357 ホームページ：<https://www.nuh.niigata-u.ac.jp/nnan/>

〒951-8520 新潟市中央区旭町通一番町754 新潟大学医歯学総合病院 患者総合サポートセンター内 (令和8年7月発行)

