

## 咀嚼・嚥下機能が低下した人の食事「やわらか食」

栄養管理科

咀嚼機能や嚥下機能が低下した場合、食形態を調整しないと上手に食べられないことがあります。

今まで、咀嚼機能が低下している人の食事として「きざみ食」「一口大食」がありましたが、特に「きざみ食」は食材によってパサパサしたものがあるため誤嚥の可能性があり、見た目もよくありませんでした。

そこで、約1年試作・試食を繰り返し、「きざみ食」「一口大食」に代わる食事として、去年4月から「やわらか食」を提供しています。見た目は普通に近く、安全に食事をしていただくため加熱時間を長くしたり酵素を使用して食材を軟らかくし、箸やスプーンで切れて歯茎でつぶせる硬さにしています。医療・福祉で使用する統一基準として、日本摂食嚥下リハビリテーション学会の「嚥下調整食分類2021」があり、その中のコード4に相当する形態です。患者さんからは「食べやすい」「美味しい」との評価を頂いています。

また、「やわらか食」以外にも「ミキサー食（コード2：ミキサーにかけてペースト状にした食事）」、「ソフト食（コード3：ミキサー食に増粘剤を入れて加熱し冷却した半固形状の食事）」があり、患者さんに応じた食事提供に努めています。

