



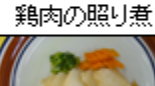





摂食・嚥下障害を起こしている高齢者は低栄養に陥りやすい問題があります。その改善のためには咀嚼・嚥下機能低下のレベルに合わせて食形態を調整し提供することが必要です。

また、チューブ栄養を受けている患者さんに対して嚥下練習食を実施し機能回復を行うことにより人間としての尊厳をもたらすことにもつながります。

そのためにはいくつかのステップがあり直感的に理解できる表現にまとめたのが「嚥下食ピラミッド」です。

当院の「嚥下食ピラミッド」		特徴	献立	栄養成分値 E=熱量 P=蛋白質 F=脂肪	食形態ごとの 食事形態例
嚥下調整食 学会分類2013 嚥下訓練食品 コード 0j	練習1 (開始食)	①軽微な食から経口摂取へ 移すのに最適な食事。 ②咀嚼力をスムーズに通過させ やすい嚥下専用のゼリーです。	フロッカゼリー (味は甘みあり) ゼラチン濃度1.6%	1食当り E80kcal P6.2g F0.1g 糖質2.6g 繊維1.9%	ゼリー 
嚥下調整食 コード 2-1	練習2 ペースト食 なめらか食 (嚥下困難食)	①ゼリー食とペースト食の 食物の嚥下状態を把握 するのに最適な食事。 ②粘膜に対し粘着性を少なくし 集液性を保った食事。	①全粥ゼリー ②主食ゼリー ③軟菜粥 ④果物 55gこ	E107kcal P1.2g F0.2g E100kcal P7.5g F4.7g E15kcal P0.5g F0g E25kcal P0.5g F0.1g 1食当り E247kcal P9.7g F6.1g 糖質2.6g 繊維2.2%	
嚥下調整食 コード 3	一口スライス食 (咀嚼困難食)	①ゼリー食を主体とし立体成形 された飲み込みやすい食事。 ※餅食・嚥下機能に応じたペースト 食も選択可能。 ②主食はゼリー粥と全粥が 選択可能。 ③食量を軽減した食事。	①主食 ②主食：ゼリー ③副食：ゼリー ④果物：ペースト ⑤内村け：ペースト ⑥デザートゼリー ⑦ヨーグルト(煎薬) ⑧味噌汁とろみ(煎薬)	栄養成分値においては 軟菜食に準ず	テリーヌ  ペースト  ゼリー 
嚥下調整食 コード 4	軟菜食	①献立は軟菜食に準じ、 形態はスライスを基本とする。 ②主食はレベル・嗜好に応じ 全粥、軟らかいご飯、ご飯を 選択可能。	①主食 ②主食：一口スライス ③副食：一口スライス ④果物：ペースト ⑤ヨーグルト(煎薬) ⑥味噌汁(煎薬) ⑦内村け(煎薬)の追加 ⑧デザート(煎薬)の追加	栄養成分値においては 軟菜食に準ず	鶏肉の照り煮 
嚥下調整食 コード 4	軟菜食	①軟らかい食品を選択し、 形があり軟らかく調理された食事。 ②主食はレベル・嗜好に応じ 全粥、軟らかいご飯、ご飯を 選択可能。	①主食 ②主食：軟菜 ③副食：軟菜 ④果物：ゼリー ⑤牛乳100ml(煎薬) ⑥味噌汁(煎薬) ⑦内村け(煎薬)の追加 ⑧デザート(煎薬)の追加	E160kcal P2.4g F0.2g E100kcal P7.5g F4.7g E37kcal P1.5g F1.2g E25kcal P0.5g F0.1g E50kcal P3.7g F2.0g E100kcal P3.2g F3.0g E47kcal P2.0g F0.7g E18kcal P1.2g F0.2g 1食当り E219kcal P22.1g F12.1g 1食当り E219kcal P22.1g F12.1g 糖質2.6g 繊維2.2%	鶏肉の照り煮 
	普通食	①日常食に近い食事。 ②主食はご飯とするが 軟らかいご飯・全粥の 選択も可能。	①主食：ご飯 ②主食：普通 ③副食：普通 ④果物：普通 ⑤牛乳100ml(煎薬) ⑥味噌汁(煎薬) ⑦内村け(煎薬)の追加 ⑧デザート(煎薬)の追加	E163kcal P2.5g F0.2g E100kcal P7.5g F4.7g E45kcal P1.5g F1.2g E20kcal P0.2g F0.2g E46kcal P2.2g F2.6g E18kcal P1.2g F0.2g E50kcal P3.7g F2.0g E100kcal P3.2g F3.0g 1食当り E219kcal P22.1g F12.1g 1食当り E219kcal P22.1g F12.1g 糖質2.6g 繊維2.2%	鶏肉の照り焼き 

↑ 嚥下練習食 ↓ 嚥下困難食 ↑ 咀嚼困難食 ↓

1段目
2段目
3段目
4段目
5段目
6段目