

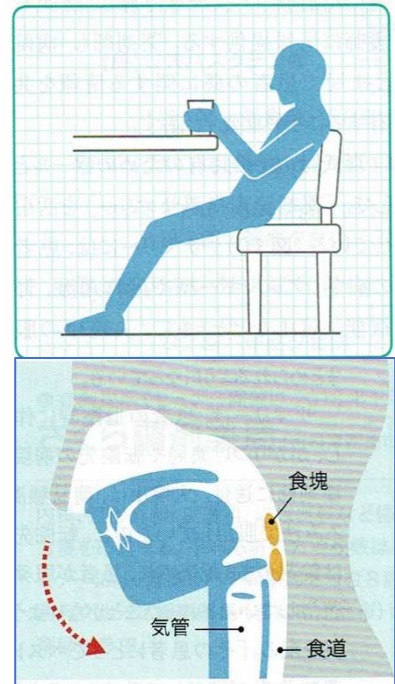
ごっくん！

食べ物や唾液などが、気管に入ってしまうことを誤嚥（ごえん）といい、誤嚥が原因で起こる肺炎を誤嚥性肺炎（ごえんせいはいえん）といいます。

飲み薬も同様に飲み込む際にむせてしまうことがあります。では、お薬を上手に飲み込むにはどうしたら良いのでしょうか？飲み込みにくさを解消するには、服用時の姿勢も大切です。かかとをしっかりと床に付けることで、姿勢が安定し飲み込みが容易になる。椅子に座ってお尻を前にずらして上体を後ろに倒します。重力により、咽頭や食道への送り込みが容易になります。さらに、服用するときの首の角度にも気を付けたい。上を向きますと咽頭と気管が一直線になるため、むせやすくなります。（誤嚥）

誤嚥しにくいのは、顎を引いたうつむき加減の姿勢です。首を前屈させることで、咽頭から気管への通路に角度が付くため、誤嚥しにくくなります。また、口腔や咽頭などに食塊や薬が溜まりやすい患者様の場合、空嚥下（食べ物を口に入れずに嚥下します）しましょう。首を前屈させて空嚥下すると、奥舌と喉頭蓋の間のくぼみに溜まったものを流せます。また、横を向いて首を傾けて嚥下することによって食道入口の両側にあるくぼみに溜まったものを落としやすくなります。

『服用後に前を向いてうなずいてゴックン、右下を向いてゴックン、左下を向いてゴックンとしましょう』



キトー薬局向陽店