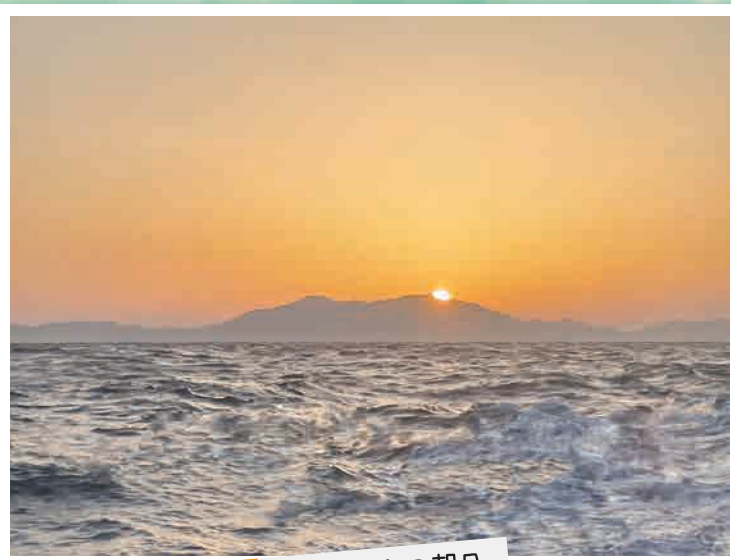


## ～岩室リハビリテーション病院の周辺の景色～



初夏の丸小山公園

当院近くにある「丸小山公園」です。春には桜並木、初夏には紫陽花、秋には紅葉が美しくとても自然豊かな公園です。患者さんとも訪れる癒しスポットです。



弥彦山からの朝日

普段はみることができない海上から眺望する弥彦山からの朝日です。

岩室リハビリテーション病院の病院広報誌第3号が発刊されました。当院ではFacebook、Instagramやホームページでも様々な発信を行っております。当院周辺は山紫水明で自然豊かな土地が見られ、その魅力を写真にてお裾分けします！



夕日に映える立岩

角田浜近くにある「立岩」です。海面から突き出した雄姿は迫力があります。夕日をバックにしたシルエットは幻想的です。



# 今日の主役

当院で働く専門職の皆さんについて  
紹介します! 今回のテーマは  
『ことばと嚥下のスペシャリスト』  
である、言語聴覚士です!!

- 氏名 山口 健也
- 役職名 言語聴覚士

## プロフィール紹介

- 出身:長岡市
- 趣味:読書
- 最近のマイブーム:ドラマを観ること



## 言語聴覚士の仕事

### ① ことばの支援



ことばの障害のある方のリハビリでは、症状に合わせて絵カードや文字カードなどを使用して、ことばの理解や表出を促すサポートをしています。ご家族や友人と円滑なコミュニケーションが取れるように支援しています。

### ② 摂食嚥下の支援



食べることのリハビリでは、口腔内の清潔保持を図りながら、口腔機能や飲み込む機能の状態に合わせて支援していきます。誤嚥性肺炎の危険性や経口摂取の再開を検討するために、嚥下造影検査を行うことができます。

### ③ 社会復帰の支援



社会復帰の支援の一つとして、自動車運転再開プログラムにも取り組んでいます。自動車シミュレーターを活用し、実際の運転場面を想定した練習を行っています。様々な状況に合わせ、その都度アドバイスを行っています。



# 誤嚥性肺炎



# の予防とは？



最近、良くムせる事はありますか？



ムセた時にすぐに水を飲まずに、**落ちつくまで待ちましょう。**  
薬はどのように飲んでますか？



上を向くと飲み込みにくく食べ物や飲み物が気道に入りやすくなるので、前を向いて飲むようにしてくださいね。

よくムせるので止めるために水をすぐに飲んでます。



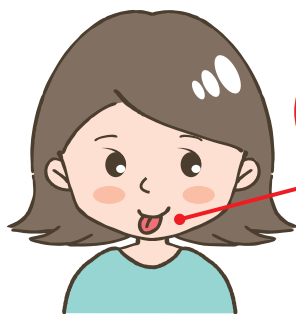
そうなんです！気を付けます。薬は上を向いて勢いをつけて飲んでます。



誤嚥性肺炎予防に「舌出し嚥下体操」「唾液腺マッサージ」を紹介します！

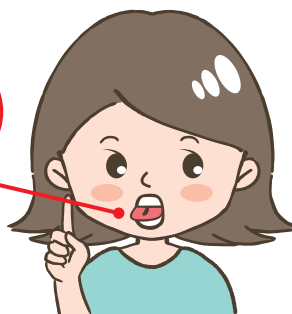


## えんげ 舌出し嚥下体操



①舌を前に出す

舌をあまり出しすぎないのがコツ！



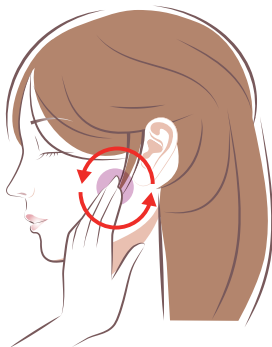
②歯で軽く舌を押さえる



③そのまま唾液を飲み込む

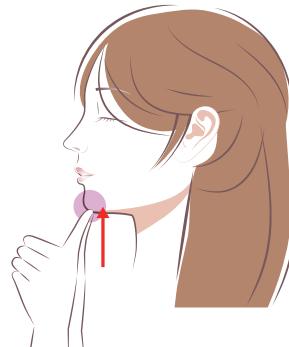
2~3回繰り返しましょう

## 唾液腺マッサージ



●耳たぶのやや前方、上の奥歯あたりの頬を指全体で優しく押します。

5~10回繰り返しましょう



●顎の骨の内側の柔らかい部分から、耳の下から顎の先まで優しく押します。

5~10回繰り返しましょう

# 岩リへ掲示板

栄養補助  
食品って  
何？



加齢による身体機能の低下や病気等、様々な理由から食事摂取が思うように、進まず栄養の確保が難しくなる場合があります。当院では管理栄養士や言語聴覚士の指導のもと、その人の身体状況にあった栄養補助食品を提供しています。今回は当院で提供されている物の一部を紹介します！

## ゼリータイプ

ゼリータイプはとろみがあるため、嚥下(えんげ)障害のある高齢者でも食べやすいです。「つるん」とした食感をしているため、喉越しよく食べられます。

### MCTゼリー

言語聴覚士の経口摂取訓練でも使われるゼリーです！プリン、バナナ、コーヒーなど様々な味があるので飽きにくく、食べやすいです！



### リハたいむゼリー

リハビリ後に飲んでいただいているゼリー飲料です！からだづくりや筋肉に必要な成分がたっぷり入っており、毎日のリハビリをサポートしてくれます！



## 飲料タイプ

飲料タイプは固形物が食べづらい方や食欲がない方にも摂取しやすいです。食事の際に水やお茶代わりに提供されています。

### メディミル ロイシンプラス

1パック(100mL)でなんと200kcalの栄養が摂取できる小容量・高栄養の飲料です！



### メイバランス ミニ

11種類のビタミン、10種類のミネラル、食物繊維が一度に摂れます！



## [編集後記]

過ぎしやすい季節になりましたが、体調はいかがでしょう？病院広報誌第3号では言語聴覚士や嚥下体操、栄養補助食品など、栄養の摂取や口の機能について特集を行いました。低栄養状態になると、様々な病気や大きな怪我につながる可能性が増えてしまいます。そうならないよう第3号を活用していただければ幸いです。

## 広報誌委員会

目崎	竹内
樋山	山田
永井	緒方
稲田	籾本
後藤	田村