



第65回 渋谷摂食嚥下研究会レポート

日時：令和2年8月4日（火）午後7時00分～
会場：プレヴェール渋谷

コロナ禍の中、2月以降中止となっていた摂食嚥下研究会が再開しました。

I 講演：『摂食嚥下機能ととろみ調整食品』

講師：株式会社 フードケア 松澤 淳 氏



誤嚥を防ぐために「とろみ調整食品」は病院・施設等で毎日使われています。但し、**とろみ**をつけすぎるとかえって誤嚥を起してしまう危険性があるため、正しい「とろみ」

のつけ方を知っておくのは重要です。今回は介護食品開発メーカー(株)フードケアから講師をお招きし、とろみ調整食品についてご講演いただきました。**だま**にならないコツ（いきおいよく入れること）やおすすめのとろみ剤など、メーカーならではのポイントもお聞きできました。

とろみがつきにくい飲料（牛乳・流動食など）は一度混ぜただけではほとんど**とろみ**がつかないため、5～10分後に再度よくかき混ぜる「二度混ぜ法」をすること。二度混ぜする前に**とろみ**がつかないからと言って、とろみ剤を追加するのは待った方が良さそうです。（右図参照：二度混ぜすることによりしっかり**とろみ**が付きます。）

また、なめこや粘りのある海藻類は**とろみ**がつきづらいため、汁物などに入れる時は具と汁にわけて、汁にまず**とろみ**をつけること、炭酸類もゆっくりと粉末を加える、または濃度の高いとろみを加えると**とろみ**がつくためビール🍺にも…などという話も。

とろみ剤にはパワー系（少量でしっかり）、マイルド系（溶けやすい）などがあります。パワー系の方はお値段が高いですが、使う量はおよそ半分で済むとのこと。おすすめてはパワー系でしたが、どちらを使うのが良いのでしょうか…ご参考まで。

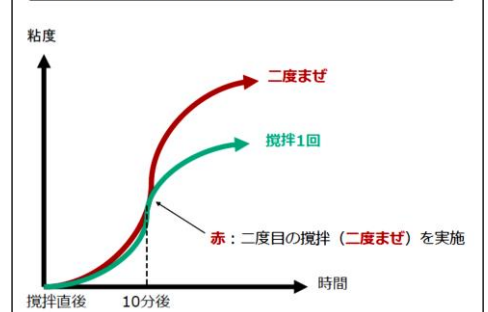
II 実習：とろみの違いを体験！／共催：ミールネット

講演を踏まえて、実習ではペットボトルのお茶（常温）と乳系の栄養補助飲料で比較してみました（とろみ剤は同量）。乳系の飲料は最後まであまり**とろみ**がつかなく講演会終了。**とろみ**のつきやすさ・つきづらさを実感する研究会となりました。

参加者内訳

職種	参加人数
医師	2
歯科医師	4
薬剤師	1
保健師・看護師	13
歯科衛生士	1
ST・OT・PT	5
管理栄養士・栄養士	15
MSW・相談員	2
ケアマネ	1
介護員	14
その他	6
合計	64

攪拌1回と二度混ぜの粘度発現の違い（イメージ）



（講演資料より抜粋）

