

喉(のど)は、口から気管と食道の2つの入り口が隣接する部分までをいいます。空氣も食物も同じ道で喉を通るが、空氣は気管へ、食物は食道へ、キチンと振り分けられる仕組みは、どうなっているのでしょうか。

口の中に飲食物に入るところと下がっている口蓋垂(こうがいすい)は、食物が鼻の方へ行かないようになります。そして、通常は閉じてある食道が開くと同時に、食べ物が気管へ入らないよう喉に出っ張っている喉仮(のどぼとけ)が気管に入らなくなると、誤嚥(ごえん)が起こしていいとの診断でした。数週間、飲み物は喉を通りやすいので、喉に薬による治療を続けると、年を取ると毛細血管が詰まつたりし、自覚症の入り口に蓋をし、その上を食物が通って、食道を送り込まれます。飲み

込み終わると一度上がった喉仮は、元の位置に戻ります。喉に出っ張つて、三角形の骨=喉仮に手を当たながら、唾(だ)液を飲み込むと喉仮が上下に動きます。

## 心と かうたの宋春

能岡 浄 [47]

# 高齢者は誤嚥から肺炎に

## 老化で飲食物を飲み込めず

老化に伴う神経や筋肉の衰えなどで、正常に飲み込めなくなると、飲食物が気管に入らないまま気管内に入り込んで肺炎が気管内に入り込んで肺炎になると、誤嚥をしているが、肺炎は起こしていないとの診断でした。数週間、飲み物は喉を通りやすいので、喉に薬による治療を続けると、年を取ると毛細血管が詰まつたりし、自覚症の入り口に蓋をし、その上を食物が通って、食道を送り込まれます。飲み

込みやすくなります。誤嚥(ごえん)が起こることで、誤嚥した食べ物はダメです。

◆適度な水分を含む食物(野菜の煮物・煮魚など)は、喉を通りやすいので、良いが、干し魚・パンなどのパサパサした食べ物は避けましょう。

◆一口食べたら一口水を飲みるようにすると、飲み込みやすくなります。しかし、誤嚥(ごえん)が起こると、反射的に咳(せき)が出て、食物を

外へ吹き飛ばします。飲食物を飲み込む時に『喉につかえたり・むせたり』が頻繁に起きる時は、病気の可能性があります。飲み込みにくさを訴える人に最も多いのは『むせる』症状です。むせるは、誤嚥を防ぐための反射的な反応だが、

63歳のW氏は、食後よく咳が出るので入院して検査を受けると『多数の小脳梗塞』が見つか

がありました。これが原因で

老年者によくある誤嚥

があると言われます。血

管が詰まって脳の働きが

かゆ・ゼリー・ヨーグル

トなど)は、飲み込みや

気管に入りかけても咳に

よって外へ出しやすいの

下降すると嚥下性肺炎を

起しやすくなり、高齢者

の肺炎の大部分が「誤

嚥」によるものです。

◆かみ砕きやすい食べ物(豆腐・バナナなど)

が、硬い肉・モチな

ものが入っているミソ汁

などは避けて下さい。

W氏は「退職後、体力

も気力も弱り、物忘れも

ヒドくなつた自分が情け

ないが、末期ガン患者の

次の詩に出会いました。

「あたり前」／こんな素晴らしいことを／皆はなぜ喜ばないのでしょう／：

／食事が食べられる／空氣を胸いっぱい吸える／笑える…」私は63年も

食事／無数の動植物を食べ続け、若い時は簡単に飲み込んだ。誤嚥をする

ようになつて初めて「あ

たり前」と思っていた食べ

られる」との有り難さ

に気づきました」と穏やかに話されました。