みらい光生通信Vol.4

名古屋市立大学医学部附属

みらい光生病院

地域医療機関と連携して「健康寿命日本一」をめざします。

感覚器機能ケアセンターでは、加齢によるさまざまな機能障害・低下について横断的に診療します。多職種・多角的な検査のもと予防プログラムを作成。かかりつけ医と連携し生活の質の向上をサポートします。

耳鼻いんこう科　教授
感覚器機能ケアセンター　センター長
高橋真理子

「感覚機能を維持して、健康長寿を目指しましょう」

豊かな食生活のために嚥下機能の維持を支援

加齢に伴い表れる、さまざまな身体的変化。感覚器機能ケアセンターでは聴覚・視覚・皮膚・音声・平衡・嚥下・味覚・口腔など、主に首から上の感覚器に関連する機能障害や機能低下に対し、診療及び治療・リハビリテーションを行います。

「食べ物が飲み込みにくい」「水でむせ込む」などの嚥下障害は、肺炎・窒息・低栄養・脱水など生命の危険に直結する場合があります。また、食べる楽しみを失うことは、生活の質の観点からも重要な問題です。

嚥下障害を予防するため、感覚器機能ケアセンターでは問診や検査を行い、医師、歯科医師、看護師、言語聴覚士、理学療法士、管理栄養士、歯科衛生士など多職種による多角的評価をもとに訓練・指導プログラムを作成しています。嚥下訓練や運動指導、口腔ケアやブラッシング指導、食事・栄養指導などを週1回（全4回）実施。その後、嚥下機能の再評価を行い、かかりつけ医に報告。プログラム終了後も、かかりつけ医と連携しながら患者様の嚥下機能が維持できるよう支援しています。

聞こえの力を引き出し認知症のリスクを減少

加齢性の難聴は、内耳の細胞が減少したり、機能が低下することで生じます。一般的に高い周波数の音から徐々に聞こえにくくなります。本人の自覚がないことも多く、家族など周囲の人が本人の「聞こえ」の状態を正しく理解することが大切です。難聴のために脳に伝わる音刺激や情報量が少ない状態にさらされると脳の萎縮や神経細胞の弱まりがすすむことや、聞こえづらさから会話が億劫になり、ひきこもってしまうことなどから、うつ病や認知症の発症につながる恐れもあります。

加齢性難聴の機能回復は困難ですので、補聴器を正しく装用し「聞こえ」の力を最大限に引き出すことが重要です。補聴器の効果を感じられず、装用を継続できない人も多いですが、耳鼻いんこう科では正しく効果的な装用のための適合と訓練を行っています。

また、若い世代でもヘッドホン・イヤホン難聴が大きな問題になっています。会話が聞き取れるくらいの音量で使用する、長時間連続で使用しないなど、予防を心がけましょう。

嚥下のチェックリスト

- □ うまく口に運べない、よくこぼす
- □ 口の中に食べ物が残る
- □ 食事に時間がかかる
- □ 繰り返し飲み込んでいる
- □ 食事中にむせる、咳き込む
- □ のどや胸につかえる
- □ 食事が楽しくできない
- □ やせてきた
- □ 口の中が汚い
- □ 何もしていない時でもむせる
- □ たんがらみの声
- □ 発熱を繰り返す
- □ 肺炎を繰り返す

聞こえのチェックリスト

- □ 会話中に聞き返すことがよくある
- □ 後ろから呼ばれても気づかないことが多い
- □ 聞き間違いが多い
- □ 話し声が大きいと言われる
- □ 見えないところからの車の接近に気づかない
- □ 電子レンジの音やドアのチャイムが聞こえにくい
- □ 耳鳴りがある
- □ 集会や会議など数人の会話がうまく聞き取れない
- □ 相手の言ったことを推測で判断することがある
- □ 騒音の多い職場や場所で過ごすことが多い
- □ テレビやラジオの音が大きいと言われる

※チェック項目が複数ある場合は、かかりつけ医やみらい光生病院・感覚器機能ケアセンターを受診しましょう

名古屋市立大学医学部附属
みらい光生病院
〒465-8650
名古屋市名東区勢子坊2-1501

公共交通機関〔地下鉄・市バス〕を利用する場合
市バス「障害者スポーツセンター」下車、徒歩約2分
●地下鉄東山線「本郷」駅から市バス〔乗車時間約7分〕
●地下鉄鶴舞線「平針」駅から市バス〔乗車時間約25分〕

駐車場を利用する場合
建物北側（障害者スポーツCの交差点から平針方面に向かって約130m先左側）に約30台分あります。（無料）

TEL.052-704-2345