

咀嚼チェックせんべい 使用についての注意点



チェックの前に

- ・口の中が渴いていませんか？口腔内が乾燥している場合には、一度水を飲んだり口をゆすいだりして、口の中を潤してから検査を始めましょう。

＜＜次のような方はお控えください＞＞

- ・噛むときに痛みがある方や食べたり飲んだりするとむせる方

チェックの方法

- ・咀嚼チェックせんべいを1枚口に入れ、最初に「ゴックン」と飲み込む（嚥下反射が起こる）までの噛んだ回数を数えます。
- ・咀嚼チェックせんべい1枚をそのまま口に入れることが困難な場合には、半分に割ってから1枚分すべてを口にいれ咀嚼を開始してください。
- ・咀嚼チェックせんべいの咀嚼回数だけではなく、食べている様子（例：口からの食べこぼしや、噛む癖、口腔の動きや飲み込んだ後の口腔内残渣の状況、せき込みの有無など）にも目を向けると機能低下を予測することができます。気になることがあれば、専門家への受診などをお勧めします。

チェックの後に

- ・お口の中におせんべいが残っていないか確認ください。
特に咀嚼嚥下機能が低下している場合、口腔内残渣でむせたりすることがあるのでご注意ください。必要であれば、水を飲むなどして口腔内の残渣をなくすようお勧めください。