



療養支援だより

No1

平成29年6月 県立山田病院看護科発行

正しい姿勢で食事をしていますか？

★食事の際首が後ろに傾いたりすることで、気管へ食べ物が流れ込み、肺炎を起こす危険性があります。高齢者の肺炎は重症化することがあります。



<食事の正しい姿勢>

- ①ベッドを平らにし、仰向けの状態でベッドの真ん中に体の中心がくるようにします。
- ②体を整え、ベッドが屈曲する位置に腰の位置を合わせます。
- ③ベッドの足側からあげます。(体がずり落ちにくくなります。)
- ④次にベッドの頭側をあげます。(30~60度)
- ⑤枕を首の後ろに入れて、あごを下げるようにします。
- ⑥枕やクッションを使い、体が左右に傾いたりずり落ちないように調整します。



くびを少し前にまげ、
あごをひきます



※この姿勢にすると、食べ物が飲み込みやすくむせにくくなります。食事をする時は姿勢を整えてからにしましょう。

