

バスタオルで誤嚥予防

飲食物が誤って気管に入る誤嚥（ごえん）は、介護や療養の現場で起こりやすいトラブルの一つ。予防の鍵となるのが、食事の際の正しい姿勢だ。摂食・嚥下（えんげ）障害看護認定看護師、定松ルリ子さん（54）＝松山市＝らは、身近にあるバスタオルを使って姿勢を整えるプロジェクトの普及活動に力を入れている。

松山の看護師らが普及活動

座骨下や背中に 姿勢改善 食事を楽に



座骨の真下と背中にタオルを敷き、足を少し後ろに引くと体に負担がかかりにくい



椅子の背もたれや壁と背中の間にタオルを挟む



体が右に傾きやすい場合は、タオル右側の端を厚めに巻けば体をまっすぐに保てる

この活動は、日本赤十字広島看護大の迫田綾（ポット）プロジェクトと呼ばれる。子名普教授らが考案し、「ボジショニングで（P

高年齢者が車いすで食事する際は後傾姿勢になりがちだ。後傾であ

（食）（上）より（び）を伝える（下）との趣旨で2018年にスタートし、全国各地に広がる。

りかた。後傾であ（食）（上）より（び）を伝える（下）との趣旨で2018年にスタートし、全国各地に広がる。

上がる、首に負担がかかり食べ物のみ込みにくくなる上、誤嚥のリスクも高まる。そこで、折ったんだバスタオルを座骨の下に敷き、背もたれと背中の間にもタオルを挟むことで、背筋をま

少し前傾で食べるのが楽

な姿勢といい、テーブルに肘をつくことでさらに安定する。

● バスタオルの折り方 ●



バスタオルを半分に折り、さらに三つ折りにする

タオルの両端を持ち、内向きに巻き込む

POTTプロジェクトでは、姿勢を整える手助けをする専用の「端巻きタオル」を開発。等間隔に5本のラインを入れて6つ折りにしやすく工夫した。クラウドファンディング（CF）で資金を募り、今治の会社が製造。20日から、広島県のメディカルサービス明和（電話08829）（30）8088が一枚3300円（送料別）で販売する。

（小田良輔）