嚥下障害度と嚥下困難食の形態

重度嚥下障害 中等度嚥下障害 咀嚼障害 軽度速下暗害

均質なゼリー・とろみ茶

ざらつき、べたつきがないゼリー とろみ調整品でとろみをつけたお茶 均衡な食品

粘膜への付着性 が低いゼリーや 裏ごし野菜ピューレなど

均質な食品

粘膜への付着性が高 く、べたつき、ざらつきが 若干あるもの (ペースト状)

均質な食品

ペースト状、ムース状の もの、きざんだ軟らかい食 品にとろみをつけたもの

不均質な食品

歯茎でつぶせるように やわらかく調理した食事 にだしトロミをかけたもの 汁物、飲み物は トロミ付き、セリー状

嚥下開始食 I

嚥下開始食Ⅱ

嚥下困難食 I

嚥下困難食Ⅱ

移行食

全粥きざみ

(だしとろみかけ)

嚥下調整食学会分類 コードOj •Ot

嚥下調整食学会分類 コード1i

嚥下調整食学会分類 コード2-1

嚥下調整食学会分類 コード2-2

嚥下調整食学会分類 コード3

嚥下調整食学会分類 コード4













・お茶ゼリー/とろみ茶 Okcal タンパク質Og

・ピタミンサポートゼリー (みかん味) 100kcal タンパク質0g

・ピタミンサポートゼリー (マスカット味) 100kcal タンパク質0g ・プロッカゼリー (ピーチ・味) 80kcal/個 タンパク質6.2g

・アイソカルゼリー

(ストロベリー味) 80kcal/個 タンパク質4.0g

・ピタミンサポートゼリー (みかん・マスカット味) 100kcal タンパク管Og 主食 全帯ゼリー150g ソフティアU(0.5%)

■菜(コード2-2) ムース状 ざらつき、べたつきが多少 あるペースト状

補助食品(毎食付加) ムース、ゼリー状

- 1食あたり エネルギー 430cal たんぱく賞 17g 塩分 2g 水分 430ml ·主食 全粥150g +ムースゼリーパウダー5g +トロメイクコンパクト(0.2%)

主菜 ゼリー状(コード2-1)

副食 ざらつき、べたつきが多少ある ペースト状(コード2-2) 固形ムース状(コード3)

補助食品(毎食付加) ムース、ゼリー状

1食あたり エネルギー 430cal たんぱく質 17g 塩分 2g 水分 430ml 主食 全粥150g +ムースゼリーパウダー5∞

副食 固形ムース状(コード3) 食物の粒を残し、ざらつき、 べたつきが多少あるペースト状

補助食品(毎食付加) ムース、ゼリー状

(コード4)

1食あたり エネルギー 430cal たんぱく質 17g 塩分 2∉ 水分 430ml 主食 全粥300g

やわらかく者たもの、茹でた もの、焼いた物をきざむ きざんだものにダシとろみを かける

味噌汁、飲み物はトロミ付き

フルーツの代わりにゼリー

・1 食あたり エネルギー 530kcal たんぱく賞 20g 塩分 Зg 水分 670ml

嚥下調整食学会分類2013

段階数をコード0からコード4の5段階にて設定



学会分類2013(とろみ)早見表

| | 段階 1:薄いとろみ[Ⅲ-3項] | 段階 2:中間のとろみ[Ⅲ-2項] | 段階3:濃いとろみ[Ⅲ-4項] |
|-------------|--|--|--|
| | Mildly thick | Moderately thick | Extremely thick |
| 性状の説明(飲んだ時) | ●「drink」するという表現が適切なとろみの程度 ●口に入れると口腔内に広がる液体の種類・味や温度によっては、とろみがついていることがあまり気にならない場合もある ●飲み込む際に大きな力を要しない ●ストローで容易に吸うことができる | ●明らかにとろみがあることを 感じ、かつ「drink」するという 表現が適切なとろみの程度 ●口腔内での動態はゆっくりで すぐには広がらない ●舌の上でまとめやすい ●ストローで吸うのは抵抗が ある | ●明らかにとろみがついていて、まとまりがよい ●送り込むのに力が必要 ●スプーンで「eat」するという表現が適切なとろみの程度 ●ストローで吸うことは困難 |
| 性状の説明(見た時) | スプーンを傾けるとすっと流れ落ちるフォークの歯の間から素早く流れ落ちるカップを傾け、流れ出た後には、うっすらと跡が残る程度の付着 | スプーンを傾けるととろとろと流れる フォークの歯の間からゆっくりと流れ落ちる カップを傾け、流れ出た後には、全体にコーティングしたように付着 | ●スプーンを傾けても、 形状がある程度保たれ、 流れにくい ●フォークの歯の間から流 れ出ない ●カップを傾けても流れ出 ない(ゆっくりと塊となっ で落ちる) |
| 粘度 | 50-150 | 150-300 | 300-500 |
| LST値 | 36-43 | 32-36 | 30-32 |

学会分類2013(食事)早見表

| □- [I-8 | -ド 項] | 名 称 | 形態 | 目的・特色 | 主食の例 | 必要な咀嚼能力 【I-10 項】 | 他の分類との対応 【I-7項】 |
|------------|----------|--|--|--|--------------------------------------|---|---|
| | j | 嚥下訓練 食品 0j | 均質で、付着性・凝集性・硬さに配慮したゼリー 離水が少なく、スライス 状にすくうことが可能な もの | 重度の症例に対する評価・訓練用 少量をすくってそのまま丸呑み可能 残留した場合にも吸引が容易 たんぱく質含有量が少ない | | (若干の 送り込み能力) | 嚥下食ピラミッドLO えん下困難者用食品 許可基準I |
| 0 | t | 嚥下訓練 食品 Ot | 均質で、付着性・凝集性・ 硬さに配慮したとろみ水 (原則的には、中間のとろ みあるいは濃いとろみ。の どちらかが適している) | 重度の症例に対する評価・訓練用 少量すつ飲むことを想定 ゼリー丸のみで誤嚥したりゼリーが口 中で溶けてしまう場合 たんぱく質含有量が少ない | | (若干の 送り込み能力) | 嚥下食ビラミッドL3 の一部 (とろみ水) |
| 1 | j | 嚥下 調整食 1j | 均質で、付着性・凝集性、 硬さ、離水に配慮したゼ リー・プリン・ムース状 のもの | □腔外で既に適切な食塊状となっている (少量をすくってそのまま丸呑み可能) 送り込む際に多少意識して□蓋に舌を 押しつける必要がある 0)に比し表面のざらつきあり | おもゆゼリー、 ミキサー粥の ゼリーなど | (若干の食塊保持 と送り込み能力) | 嚥下食ビラミッドL1・L2 えん下困難者用食品 許可基準Ⅱ UDF区分4(ゼリー状) *UDF:ユニバーサル デザインフード |
| | 1 | 嚥下 | ピューレ・ベースト・ミ キサー食など、均質でな めらかで、べたつかす、 まとまりやすいもの スプーンですくって食べ ることが可能なもの | 口腔内の簡単な操作で 食塊状となるもの (咽頭では残留、誤嚥をしにくいよう に配慮したもの) | 性の低いベー | (下顎と舌の運動 による食塊形成 能力および食塊 保持能力) | 嚥下食ピラミッドL3 えん下困難者用食品 許可基準Ⅱ・Ⅲ UDF区分4 |
| 2 | 2 | 調整食2 +サ- かす、 ので ⁷ スプ- | ピューレ・ベースト・ミ キサー食などで、べたつ かす、まとまりやすいも ので不均質なものも含む スプーンですくって食べ ることが可能なもの | | やや不均質(粒がある)でもやわらかく、離水 もなく付着性も低い粥類 | (下顎と舌の運動 による食塊形成 能力および食塊 保持能力) | |
| 3 | 嚥下 | □調整食3 | 形はあるが、押しつぶし が容易、食塊形成や移送 が容易、咽頭でばらけす 嚥下しやすいように配慮 されたもの 多量の離水がない | 舌と口蓋間で押しつぶしが可能なもの。押しつぶしや送り込みの口腔操作を要し(あるいはそれらの機能を賦活し)、かつ誤嚥のリスク軽減に配慮がなされているもの | 離水に配慮した粥 など | 舌と口蓋間の押 しつぶし能力以 上 | 嚥下食ピラミッド L4 高齢者ソフト食 UDF 区分3 |
| 4 | 嚥下 | 調整食 4 | 硬さ・ばらけやすさ・貼 りつきやすさなどのない もの 箸やスプーンで切れるや わらかさ | 誤嚥と窒息のリスクを配慮して素材と 調理方法を選んだもの 歯がなくても対応可能だが、上下の歯 槽堤間で押しつぶすあるいはすりつぶ すことが必要で舌と口蓋間で押しつぶ すことは困難 | 軟飯・全粥 など | 上下の歯槽堤間 の押しつぶし能 力以上 | 嚥下食ピラミッド L4 高齢者ソフト食 UDF 区分 1・2 |

注意点

- ※ 濃いトロミでも飲み込みが悪かったらそれ以上とろみをつけずゼリーにする
- ※ コード0jのたんぱく質含有量はおよそ2g以下
- ※ 不均質なものとは、食材の繊維によるざらつき感も含む(肉・魚のミキサーなど)

学会分類2013(食事)早見表

・本表は学会分類2013(食事)の早見表です。本表を使用するにあたっては必ず「嚥下調整食学会分類2013」の本文をお読みください。 なお、本表中の【】表示は、学会分類2013本文中の該当箇所を指します。 上記0tの「中間のとろみ・濃いとろみ」については、学会分類2013(とろみ)を参照ください。 本表に該当する食事において、汁物を含む水分には原則とろみをつける。【I-9項】 ただし、個別に水分の嚥下評価を行ってとろみ付けが不要と判断された場合には、その原則は解除できる。

他の分類との対応については、学会分類2013との整合性や相互の対応が完全に一致するわけではない。【I-7項】

| [I-8 | -ド 項] | 名称 | 形態 | 目的・特色 | 主食の例 | 必要な咀嚼能力 【I-10 項】 | 他の分類との対応 [I-7 項] |
|------|----------|---------------|--|--|--|---|---|
| 0 | j | 嚥下訓練 食品 0j | 均質で、付着性・凝集性・ 硬さに配慮したゼリー 離水が少なく、スライス 状にすくうことが可能な もの | 重度の症例に対する評価・訓練用 少量をすくってそのまま丸呑み可能 残留した場合にも吸引が容易 たんぱく質含有量が少ない | | (若干の 送り込み能力) | 嚥下食ピラミッドLO えん下困難者用食品 許可基準! |
| | t | 嚥下訓練 食品 0t | 均質で、付着性・凝集性・ 硬さに配慮したとろみ水 (原則的には、中間のとろ みあるいは濃いとろみの どちらかが適している) | 重度の症例に対する評価・訓練用 少量すつ飲むことを想定 ゼリー丸のみで誤嚥したりゼリーがロ 中で溶けてしまう場合 たんばく質含有量が少ない | | (若干の 送り込み能力) | 嚥下食ビラミッドL3 の一部 (とろみ水) |
| 1 | j | 嚥下 調整食1j | 均質で、付着性・凝集性、 硬さ、離水に配慮したゼ リー・プリン・ムース状 のもの | □除外で既に適切な食塊状となっている (少量をすくってそのまま丸呑み可能) 送り込む際に多少意識して□蓋に舌を 押しつける必要がある 0) に比し表面のざらつきあり | おもゆゼリー、 ミキサー粥の ゼリーなど | (若干の食塊保持 と送り込み能力) | 嚥下食ビラミッドL1・L2 えん下困難者用食品 許可基準Ⅱ UDF区分4(ゼリー状) *UDF:ユニバーサル デザインフード |
| 0 | 1 | 聯下 | ピューレ・ベースト・ミ キサー食など、均質でな めらかで、べたつかず、 まとまりやすいもの スプーンですくって食べ ることが可能なもの | □腔内の簡単な操作で 食塊状となるもの (個質では残留、誤略をしにくいよう に配慮したもの) | 性の低いペー | (下顎と舌の運動 による食塊形成 能力および食塊 保持能力) | 職下食ビラミッドL3 えん下田難者用食品 許可基準Ⅱ・Ⅲ UDF 区分4 |
| 2 | 2 | 調整食2 | ピューレ・ベースト・ミ キサー食などで、べたつ かす、まとまりやすいも ので不均質なものも含む スプーンですくって食べ ることが可能なもの | | やや不均質(粒 がある)でもや わらかく、離水 もなく付着性 も低い粥類 | (下顎と舌の運動 による食塊形成 能力および食塊 保持能力) | |
| 3 | 曣 | 下調整食3 | 形はあるが、押しつぶしか容易、食塊形成や移送が容易、食塊形成や移送が容易、咽頭でばらけず嚥下しやすいように配慮されたもの 多量の離水がない | 舌と口蓋間で押しつぶしが可能なもの。押しつぶしや送り込みの口腔操作を要し(あるいはそれらの機能を賦活し)、かつ誤嚥のリスク軽減に配慮がなされているもの | 離水に配慮した粥 など | 舌と口蓋間の押 しつぶし能力以 上 | 嚥下食ピラミッドL4 高齢者ソフト食 UDF 区分3 |
| 4 | 嚥 | 下調整食4 | 硬さ・ばらけやすさ・貼 りつきやすさなどのない もの 箸やスプーンで切れるや わらかさ | 誤職と窒息のリスクを配慮して素材と 調理方法を選んだもの 歯がなくても対応可能だが、上下の歯 権理間で押しつぶすあるいはすりつぶ すごとが必要で舌と口蓋間で押しつぶ すことは困難 | 軟飯・全粥 など | 上下の歯槽堤間 の押しつぶし能 力以上 | 嚥下食ピラミッドL4 高齢者ソフト食 UDF 区分1・2 |

学会分類2013(とろみ)早見表

| | 段階 1:薄いとろみ[Ⅲ-3項] | 段階 2:中間のとろみ[Ⅲ-2項] | 段階3:濃いとろみ[Ⅲ-4項] |
|------------------|--|--|--|
| 英語表記 | Mildly thick | Moderately thick | Extremely thick |
| 性状の説明 (飲んだとき) | ●「drink」するという表現が適切な とろみの程度 ●口に入れると口腔内に広がる液体の 種類・味や温度によっては、とろみ がついていることがあまり気になら ない場合もある ●飲み込む際に大きな力を要しない ●ストローで容易に吸うことができる | ●明らかにとろみがあることを 感じ、かつ「drink」するという 表現が適切なとろみの程度 ●口腔内での動態はゆっくりで すぐには広がらない ●舌の上でまとめやすい ●ストローで吸うのは抵抗が ある | ●明らかにとろみがついて いて、まとまりがよい ●送り込むのに力が必要 ●スプーンで「eat」すると いう表現が適切なとろみ の程度 ●ストローで吸うことは困難 |
| 性状の説明 (見たとき) | ●スプーンを傾けるとすっと流れ落ちる ●フォークの歯の間から素早く流れ落ちる ●カップを傾け、流れ出た後には、 うっすらと跡が残る程度の付着 | ●スプーンを傾けるととろとると流れる ●フォークの歯の間からゆっく りと流れ落ちる ●カップを傾け、流れ出た後に は、全体にコーティングした ように付着 | ●スプーンを傾けても、 形状がある程度保たれ、 流れにくい ●フォークの歯の間から流 れ出ない ●カップを傾けても流れ出 ない(ゆっくりと塊となっ て落ちる) |
| 粘度(mPas)[Ⅲ-5項] | 50-150 | 150-300 | 300-500 |
| LST値(mm) [Ⅲ-6項] | 36-43 | 32-36 | 30-32 |



学会分類2013

※学会分類2013に対応する内容のみ掲載しておりますので、 嚥下食ビラミッド「L5 普通食」の記載は割愛しております。



[L2 嚥下食Ⅱ]

L3 嚥下食皿

L4 移行食