

摂食嚥下障害をチェックしよう		【参考】食のサポートブックp.5
⇒チェックが1つでもある場合には、誤嚥や摂食嚥下障害に注意して観察しましょう。		
チェック (☑)		メモ
<input type="checkbox"/>	食事中にたまにむせることがある	
<input type="checkbox"/>	唾液が口の中にたまる	
<input type="checkbox"/>	飲み込むのに苦労することがある	
<input type="checkbox"/>	固いものが噛みにくくなった	
<input type="checkbox"/>	体重が減ってやせてきた	
<input type="checkbox"/>	舌に白い苔のようなものがついている	
<input type="checkbox"/>	声が変わった（がらがら声や鼻に抜ける声）	
<input type="checkbox"/>	よく咳をするようになった	
<input type="checkbox"/>	食べる量が減った	
食欲不振がある場合の観察ポイント		
⇒チェックが1つでもある場合には、食欲アップの工夫を行い、必要に応じて医療スタッフに相談しましょう。		
チェック (☑)		メモ
<input type="checkbox"/>	体調に変化がないか（発熱、消化器症状、口腔内の変化等）	
<input type="checkbox"/>	飲んでいる薬や、受けている持病の治療などに変化がないか	
<input type="checkbox"/>	精神的に変化がないか（不眠、気分の落ち込み、ストレス等）	
<input type="checkbox"/>	生活習慣に変化がないか（生活リズムの変化、運動不足等）	
脱水症を発見しよう		【参考】食のサポートブックp.4
⇒チェックが1つでもある場合には、「脱水症」にならないよう水分補給をして観察しましょう。回復しない場合は早めに主治医に相談しましょう。		
チェック (☑)		メモ
<input type="checkbox"/>	発熱・おう吐など、体調不良がある	
<input type="checkbox"/>	トイレに行く回数が減っている	
<input type="checkbox"/>	便秘になる	
<input type="checkbox"/>	わきの下が乾いている	
<input type="checkbox"/>	皮膚をつまんで、3秒以上もとに戻らない	
<input type="checkbox"/>	親指の爪先を押して、2秒以内に赤みが戻らない	
<input type="checkbox"/>	手が冷たい	
<input type="checkbox"/>	舌が乾いている	

※本チェックシートは、「フレイル予防のための食のサポートブック」を参考に活用してください。