

## Ⅱ こんなサインが見られたら

「食事中にむせる」「食後に咳が出る」といったサインが見られたら、摂食・嚥下機能の低下を疑ってみましょう。

摂食・嚥下機能の低下は、加齢に伴う口腔機能（食べる・話す・呼吸に関わる機能）の低下だけでなく、脳梗塞、脳出血などの脳血管疾患、パーキンソン病などの神経疾患などの病気でも起こりやすくなります。

### 摂食・嚥下機能の低下を疑う主なサイン



食べるとむせる



食後に咳が出る



飲み込みにくい



声が変わった  
(がらがら声)



食べ物がのどに残っ  
ている感じがする



食事に疲れる

これらのサインは、誰にでも確認できるポイントなので、よく観察してみましょう。