

はじめに

尚絅大学 生活科学部 栄養科学科
教授

高山 仁子 先生

管理栄養士
元熊本機能病院 診療技術部栄養部 栄養課長

熊本県立大学大学院博士前期課程修了
編著「回復期リハビリテーション病棟の嚥下調整食レシピ集105」



「家に帰れるのは嬉しいけれど食事が心配で…」

退院が決まって喜ぶ患者さんの横で、ご家族がふと口にされた言葉です。

摂食嚥下障害の方や介護する方にとって、“嚥下調整食=難しい”というイメージがあるようです。

安全で美味しくて、誰でも簡単に作れる嚥下調整食。エネルギーもしっかり取ることが出来たらどんなに喜ばれるだろう。そんな思いからレシピ集作りはスタートしました。

地域包括ケアが推進され、病院や施設、在宅をつなぐ共通用語として嚥下調整食コード分類がますます重要視されています。在宅復帰の目安の食形態ともいえる嚥下調整食コード3および4は、食材や料理の幅が広がる反面、誤嚥や窒息に特に配慮が必要となります。食材の選択や切り方、カットの大きさ、加熱の具合など、在宅でも標準化できるよう試作を繰り返しました。病院で提供されている料理以外にも、家にある材料で出来るレシピも今回新たに作成しました。カロリーアップの鍵となるMCTオイルは使いやすい上に和食に合う、という発見もありました。

「美味しそう」「食べてみたい」という食べる方の気持ちと、「これならできそう」「作ってみようかな」という作り手の気持ちが重なるようなレシピ集を目指しました。嚥下調整食、と構えることなく、気軽に、楽しく作ってもらえれば嬉しいです。