

専門職からの
アドバイス!

理学療法士(PT)
言語聴覚士(ST)による機能訓練

今回は... ★ 『薬の正しい服用方法』について ★

高齢者の多くは疾患(高血圧・認知症など)に伴い、
毎日薬を服薬している方が多く見られます。
薬の種類や量の多さにより管理が大変になることや
加齢による飲みにくさが現れ、飲み忘れや拒否につながるケースもあります。
今回は薬を飲みやすくするための工夫についてご紹介していきます。

○なぜ高齢者は錠剤が飲み込みにくくなるのでしょうか？

食べ物を飲み込む機能(嚥下機能)が正常な若年者でも、
薬を飲んだ時に錠剤が喉の粘膜に張り付いたり、喉のくぼみに引っ掛かったり、
溶けずに喉に残ってしまうことがあります。

原因として、
錠剤(固形)と水(液体)を同時に飲み込むと、水の方が早く胃へ流れ込んでしまい、
錠剤が喉に残されてしまうことが起こります。高齢になると、嚥下機能の低下や
唾液の分泌量の低下により、飲みにくさを感じるが増えてきます。

【対策】

- 錠剤が喉に残った際は水やご飯などを何度か飲み込んでみましょう。
- 市販されている服薬補助ゼリーを使用すると薬が喉でまとまりやすくなり、
よりスムーズに飲み込むことができる効果があります。
- また高齢者は唾液の分泌量の低下もあるため、錠剤を飲む前に少し水を
飲んで口腔内や喉を湿らせ乾燥を防ぐことも大切です。
薬を飲むときはコップ1杯(約200cc)の水かぬるま湯が良いとされています。



~2月の予定~

◎ビンゴ大会 23日(土)



□ 寝たきりの方

横になった状態でくすりを飲むと、喉や食道でくすりかとまってしまいます。
また、薬が気管に入りやすくなり、むせたり、誤嚥性肺炎を招く心配もあります。
薬は、必ず上体を起こした状態(約30度)で飲ませるようにしましょう。
服用後はしばらくそのままの姿勢を保ちます。

□ 麻痺がある方

顔面麻痺がある方は、口腔の麻痺している側に薬が残ってしまうことが
あります。
介助をする場合は、口腔の麻痺がない側から薬を入れるようにして、
服用後はお口の中に薬が残っていないかを確認しましょう。

□ 認知症がある方

認知症の方は、記憶低下により「薬はまだ飲んでいない」と、
薬を飲んだことを忘れてしまう場合もあります。
薬の空き袋や薬カレンダーのチェックを一緒に確認し、説明するなど
工夫をします。
また、服薬を拒否する場合も考えられます。
無理に勧めると逆効果になるため、
可能であればタイミングを見計らって飲んでいただきますよう。