

## ～在宅高齢者のための嚥下障害のリスク評価尺度～

《チェック項目》	《判定》
1 ご飯が飲み込みにくい	いつもある ・時々ある ・稀にある ・ほとんどない
2 食べ物や酸っぱい液が胃からのどに戻ってくる	いつもある ・時々ある ・稀にある ・ほとんどない
3 食べ物が胸につかえる感じがする	いつもある ・時々ある ・稀にある ・ほとんどない
4 胸やけがする	いつもある ・時々ある ・稀にある ・ほとんどない

※1～4に当てはまる場合は逆流性食道炎や咽頭・食道腫瘍または食道裂孔ヘルニアなどの疑いもあります。医師へのご相談をお勧めします。

5 口がパサパサしていると感じる	いつもある ・時々ある ・稀にある ・ほとんどない
6 口から食べ物がこぼれる	いつもある ・時々ある ・稀にある ・ほとんどない
7 食べ物を飲み込んだ後に舌の上に食べ物が残る	いつもある ・時々ある ・稀にある ・ほとんどない
8 水分が飲みにくい	いつもある ・時々ある ・稀にある ・ほとんどない
9 食べ物や水分が鼻に上がる	いつもある ・時々ある ・稀にある ・ほとんどない
10 食べ物がのどに引っ掛かる感じがする	いつもある ・時々ある ・稀にある ・ほとんどない
11 食べ物が残る感じがする	いつもある ・時々ある ・稀にある ・ほとんどない
12 食事中や食後にガラガラした声に変わる	いつもある ・時々ある ・稀にある ・ほとんどない
13 食べ物を飲み込もうとする前にムセたり咳込んだりする	いつもある ・時々ある ・稀にある ・ほとんどない
14 食べ物を飲み込む時にムセたり咳込んだりする	いつもある ・時々ある ・稀にある ・ほとんどない
15 食べ物を飲み込んだ後にムセたり咳込んだりする	いつもある ・時々ある ・稀にある ・ほとんどない
16 水分を飲み込む時にムセる	いつもある ・時々ある ・稀にある ・ほとんどない
17 ご飯を飲み込む時にムセる	いつもある ・時々ある ・稀にある ・ほとんどない

ここ3ヶ月の食事中に起きている症状についてチェックして下さい。  
「いつもある」:3点、「時々ある」:2点、「稀にある」:1点、「ほとんどない」:0点です。  
合計点が4点以上となった場合は「嚥下障害のリスクあり」と判定します。