

指導のポイント

- ・ここでいうサッキングとは音を出すことではなく、レッスン3のサッキングと同じ筋肉の動きで水を吸い集めるという意味です。サッキングと同じ動きはしますが、音を出すだけではなく、水を吸い集めることを目的としていることを指導しましょう。
- ・注入した水は3回位サッキングをしながら舌後方に吸い集めます。水が口唇と下顎前歯の間に残った場合は、サッキングした水を舌と口蓋の間にためたまま、スラップスワローのように強く吸い込み嚥下します。

4-5 リップエクササイズ

リップエクササイズ (P265~270) の中から患者さんの必要に応じた練習を選んで行います。

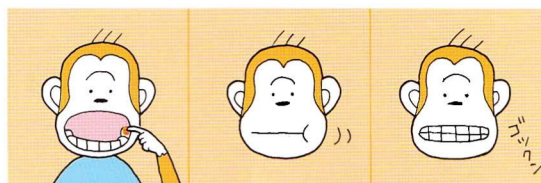
4-6 スナックプラクティス

用意するもの

鏡
干ぶどう

手順

1. 大臼歯に干ぶどうを1粒置く
2. 口唇を閉じて、干ぶどうが前方に移動ないように、コントロールしながら咀嚼する
3. 咀嚼した干ぶどうを舌中央部に集め、鏡で確認する
4. 舌尖をスポットにつけ、口唇は開けたまま、臼歯を咬んで飲み込む、左右交互に10粒~20粒



干ぶどうを大臼歯に置く



口唇を閉じて大臼歯で咀嚼する

舌癖のある人は、食べ物を前方で噛む傾向があるので、臼歯で咀嚼するための練習です。

指導のポイント

- ・干ぶどうを噛む側の舌や頬で干ぶどうを意識的にコントロールしながら臼歯で咀嚼するように指導してください。
- ・干ぶどうが嫌いな患者さんには、違う食べ物を少量臼歯に置いて咀嚼してもらいましょう。
- ・この段階では、最終目標の正しい嚥下は困難かもしれませんが、「正しい嚥下・初級」を意識して練習してもらいます。

4-7 ポスチャー

レッスン1-5 (P235参照) と同じ練習を20分間以上行います。

必要に応じて、追加の練習を行います。

