

とろみ調整食品の必要性・使い方

液体はのどを流れるスピードが速く、誤って気管に入りやすいので、飲み込む機能が低下した方は、とろみをつけて流れを緩やかにするとむせを防げますよ！

とろみ調整食品の使い方

1



液体をスプーンでかき混ぜながら、とろみ調整食品を入れる。

2



溶かしてからとろみの状態が安定するまで待ち(約2～3分)、とろみの状態や温度を確認する。

とろみの強さ

とろみ調整食品の使用量により調整できます。



薄いとろみ



中間のとろみ



濃いとろみ

！強すぎるとろみには要注意！



藤田保健衛生大学客員教授
小島千枝子先生にお聞きしました。

とろみの強さは飲み込む能力によるため、ドロップとしたとんかつソース状が良い場合もあれば、サラッとしたポタージュ状が良い場合もあり、その方に適した強さに調整することが大切です。ジャムのような硬さにするとべたつきが強くなり、口やのどに貼り付きやすいため、かえって飲み込み難くなります。のどに残りやすく、場合により窒息に繋がる恐れもあるので、いつものとろみが強すぎないか見直しましょう。

適切な強さのとろみをつけるポイント

1 コップやスプーンはいつも同じものを使う。



お茶を花の模様まで
(150ml)など



計量スプーンが
おすすめ

2 毎回すりきりで量る。

同じ1杯でも、すくえる量が大きく変わります。



すり切り 1.6g



山盛り 2.5g



山盛り 3.1g

トロミパワースマイルを小さじでくった場合

！お取扱い上の注意

※専門の医師・歯科医師・管理栄養士・言語聴覚士などに相談の上、適切にご使用ください。

※商品により使用量・使用方法等が異なります。詳細は個別のパンフレット、商品パッケージなどをご確認の上、ご使用ください。

！のどに詰まる恐れがあるので粉のまま絶対に食べないでください。介助の必要な方やお子様の手の届かない所に保管してください。

！とろみ調整食品を使用することで、誤嚥を確実に防げるものではありません。