

専門看護師・認定看護師 NEWS

Vol.46 2023年7月発行



独立行政法人 国立病院機構

福岡東医療センター

摂食・嚥下障害看護認定看護師 しまい あやか
島居 彩香(いずみ東病棟)

「唾液腺マッサージについて」

口の周りには、唾液腺と呼ばれる唾液が出やすいポイントがあります。そのポイントを刺激し、唾液の分泌を促すことを唾液腺マッサージといいます。

人は1日に1～1.5ℓの唾液を分泌するといわれています。しかし、高齢になると唾液腺が萎縮し、唾液の分泌量が低下してしまいます。唾液の減少は様々な二次障害を引き起こします。簡単にできるマッサージで、唾液の分泌を促し二次障害の悪化を予防しましょう！

唾液が少なくなるとどうなるの？

- 唾液の抗菌作用や自浄作用が低下し、虫歯や歯周病になりやすくなる
- 虫歯や歯周病の原因菌を繁殖させるため、口臭の原因となる
- 味覚障害、嚥下障害などを起こすことがある
- 口が乾燥し誤嚥性肺炎を引き起こしやすくなる

～唾液腺について知ろう！～



①耳下腺

耳の前、上の奥歯あたりにある
人の体の中で最大の唾液腺

②顎下腺

下顎の内側のやわらかい部分にある

③舌下腺

下顎の先のとがった部分の内側にある

～唾液腺マッサージの方法！～ 食前や口腔ケアの前に 10 回程度実施

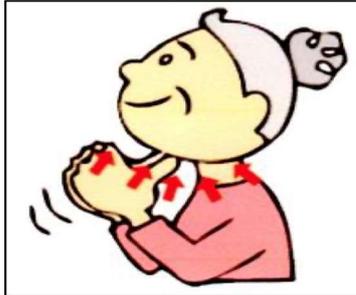
①耳下腺

指全体で耳の前、上の奥歯のあたりを後ろから前に円をかくようにマッサージをする



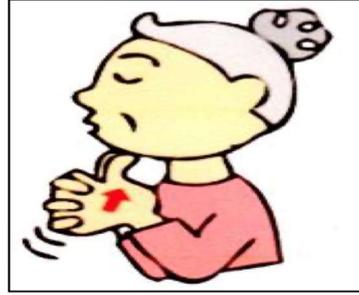
②顎下腺

親指を顎の骨の内側のやわらかい部分に当てて耳の下から顎の下まで押す



③舌下腺

両手の親指をそろえて、顎の下を上へ軽く押す



※注意事項※ 口腔癌、咽頭癌、不整脈がある人（マッサージを行うことで徐脈となり血圧低下を招く可能性がある）は症状が悪化するため控えるようお願いします