

反復唾液嚥下テスト

(RSST : Repetitive Salive Swallowing Test)

1. RSSTの方法

- ①被検者は座位、またはリクライニング位
- ②喉頭隆起（のどぼとけ）および舌骨に検者の指を当て、唾液を空嚥下
- ③「できるだけ何回も“ゴックン”とつばを飲み込んでください」と指示
(口腔乾燥が強い場合には1ml程度の水を舌背にたらしめてテストする)
- ④正常な嚥下で喉頭隆起が約2横指（3~4cm）ほど持ち上がる
- ⑤30秒間に触診で確認した嚥下回数を記録
(喉頭挙上が不完全で十分移動せず途中で下降する不完全な嚥下運動は嚥下回数に数えない)

2. RSSTの正常値

30秒間に嚥下運動が3回以上できれば正常

