

姓	名	性別	年齢	日付
---	---	----	----	----

目的

EAT-10は、嚥下の機能を測るためのものです。
気になる症状や治療についてはかかりつけ医にご相談ください。

指示

各質問で、あてはまる点数を四角の中に記入してください。
以下の問題について、あなたはどの程度経験されていますか？

1 飲み込みの問題が原因で、体重が減少した

0 = 問題なし

1

2

3

4 = ひどく問題

2 飲み込みの問題が、外食に行くための障害になっている

0 = 問題なし

1

2

3

4 = ひどく問題

3 液体を飲み込む時に、余分な努力が必要だ

0 = 問題なし

1

2

3

4 = ひどく問題

4 固形物を飲み込む時に、余分な努力が必要だ

0 = 問題なし

1

2

3

4 = ひどく問題

5 錠剤を飲み込む時に、余分な努力が必要だ

0 = 問題なし

1

2

3

4 = ひどく問題

6 飲み込むことが苦痛だ

0 = 問題なし

1

2

3

4 = ひどく問題

7 食べる喜びが飲み込みによって影響を受けている

0 = 問題なし

1

2

3

4 = ひどく問題

8 飲み込む時に食べ物がのどに引っかかる

0 = 問題なし

1

2

3

4 = ひどく問題

9 食べる時に咳が出る

0 = 問題なし

1

2

3

4 = ひどく問題

10 飲み込むことはストレスが多い

0 = 問題なし

1

2

3

4 = ひどく問題

採点

上記の点数を足して、合計点数を四角の中に記入してください。

合計点数（最大40点）

次にすべきこと

EAT-10の合計点数が3点以上の場合、嚥下の効率や安全性に問題があるかもしれません。
EAT-10の結果を専門医に相談することをお勧めします。

文献EAT-10の妥当性と信頼性は検証されています。

Belafsky PC, Mouadeb DA, Rees CJ, Pryor JC, Postma GN, Allen J, Leonard RJ. Validity and Reliability of the Eating Assessment Tool (EAT-10). Annals of Otolaryngology & Laryngology 2008;117(12):919-924.