

「喉頭摘出者のための コミュニケーションマニュアル」

～ もう一度 あなたの声を 取り戻す ～



宮城県リハビリテーション支援センター

平成29年11月

はじめに

喉頭がん，下咽頭がん，甲状腺がん，食道がんなどにかかり，喉頭摘出手術を受けた喉頭摘出者は，手術後の自分の身体に適応するために努力を重ねると共に，手術前の自分の声を失うという経験によって，辛い思いを抱えている方がおられます。

本マニュアルでは，たとえ喉頭摘出前の声を失っても，新たなコミュニケーション手段を確立することで，充実感をもって生活していくための一助となるように，代わりとなるコミュニケーション手段や，福祉的なサポートについて，また宮城県内で活動している発声会の役割をご紹介します。

手術を受けられたご本人やご家族，また周りの支援者の方々に，本マニュアルをお手にとって頂き，ご参考にしていただけたら幸いです。

目次

第1章 喉頭摘出者とは

P. 1～2

- (1) 喉頭全摘術について
- (2) 喉頭の機能について
- (3) 喉頭摘出術後の体
- (4) 手術後に起こる諸問題
- (5) 手術後の利点

第2章 代替コミュニケーション手段

P. 3～4

- (1) 声を使わないコミュニケーション
- (2) 声を使うコミュニケーション

第3章 第2の声を創るための発声教室 立声会

P. 5～7

第4章 喉頭摘出者に関する各種制度

P. 8

- ・身体障害者手帳
- ・日常生活用具給付等事業

第1章

喉頭摘出者とは

喉頭がん等により喉頭を摘出した方のことを喉頭摘出者と呼びます。喉頭には声帯も含まれているため、これまで当たり前会話をしていた声を失ってしまうことにもなります。本章では、喉頭摘出手術や手術後に起こる諸問題等についてお伝えします。

(1) 喉頭全摘術について



喉頭は軟骨に囲まれた箱のような形をしており、体の外から見ると、下顎の下方、のど仏の位置にあります。

イラストの「横Vの字」が声帯です。喉頭を丸ごと摘出してしまうため、その中に含まれる声帯も失われ、声が出せなくなるというわけです。

喉頭だけを摘出する手術を「単純喉摘」、喉頭に隣接する下咽頭・食道入口部まで摘出する手術を「咽喉食摘」と呼びます。

「咽喉食摘」では、「単純喉摘」で残される食道入口部の筋肉まで摘出されてしまうため、第2章で述べる「食道発声」に必要な新たな声門ができにくく、食道発声の獲得までに時間を要することがあります。

(2) 喉頭の機能について

- ◆呼吸をするための通路として働きます。
- ◆呼吸の通路に異物が入らないように保護し、また誤って入ったものを咳で吐き出すように働きます。
- ◆声を出すときに声帯を閉じて振動を起こすように働きます。
- ◆荷物を持つなど力を入れるときに息をこらえるように働きます。

(3) 喉頭摘出術後の体



手術前は、空気の通り道である「気管」と食べ物の通り道である「食道」が途中までつながっていますが、手術後は完全に分かれた道になります。呼吸は口の中を通らず首に開けた気管孔から行うことになり、食事は口から食道まで一本道でつながります。

(4) 手術後に起こる諸問題

- ◆声帯を含む喉頭を摘出するため、術前と同じ声が出せなくなります。
- ◆吸気が鼻を通らないため、においを感じなくなります。
- ◆吸気が鼻を通らないため、埃や乾いた空気を直接吸い込みやすくなります。
- ◆口から呼気を出せないため、熱いものを吹いて冷ませなくなります。
- ◆食道の一部に手術が及ぶため、飲み込みにある程度影響が出ます。
- ◆のど(声帯)を閉められなくなるので、いきむ動作が弱くなります。

(5) 手術後の利点

- ◆飲食物や唾液が気管に入ること(誤嚥)がありません。
- ◆食事がのどに詰まって窒息することがありません。
- ◆くしゃみをしても口からの飛沫が飛ばなくなります。

第2章

代替コミュニケーション手段

喉頭摘出後は発声ができなくなりますが、代わりになるコミュニケーション手段がいくつかあります。本章では、「声を使わないコミュニケーション」と「声を使うコミュニケーション」に分けて、主な代替コミュニケーション手段をご紹介します。

★声を使わないコミュニケーション★

筆談



紙やノート、筆談器を使い、文字で気持ちを伝えるもの。

良い点

- ◆お金がかからない
- ◆筆談器がなくても、その場にある紙や筆記用具で代用できる

残念な点

- ◆長い文章になると書くのが大変

コミュニケーションノート

※当センター開発「失語症のための実践マニュアル2」参照のこと



イラストや文字、文章があらかじめ書かれたノートを指さすことで、気持ちを伝えるもの。

良い点

- ◆簡単に使いこなすことができる
- ◆手作りすることで、自分のオリジナルのノートにできる
- ◆お金がかからない

残念な点

- ◆伝えられる内容が限られてしまう
- ◆常に携帯する必要がある

携帯用会話補助装置



文字盤の文字キーを押すことで文章を入力・作成できる機械。入力した文章は発声キーを押すことで読上げできる。

良い点

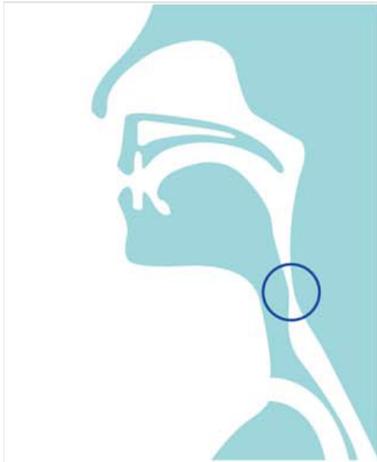
- ◆複雑な内容も文章で自由に表現できる
- ◆読上げ音声で伝えることができる

残念な点

- ◆常に携帯する必要がある
- ◆自治体によって助成があるが、購入のためのお金がかかる

★声を使うコミュニケーション★

食道発声



食道に空気を取り込み、食道入口部の粘膜を新たな声帯として振動させ発声する方法。

良い点

- ◆器具を使わないので両手がふさがれない
- ◆自分の体を使って声を出すため、習熟すると抑揚のある自然な発声ができる
- ◆お金がかからない

残念な点

- ◆習熟に時間がかかる
- ◆声が小さいので、人ごみや騒音の中では聞き取りづらい
- ◆体力や体調に依存するため、高齢になると難しい

電気式人工喉頭



電気の振動を発声させる器具を使い、口の中にその振動を響かせ、口(舌や唇、歯など)を動かすことで言葉にする方法。

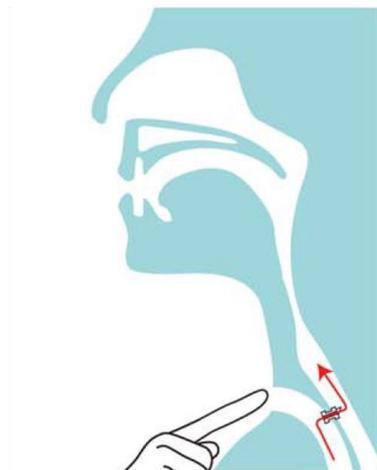
良い点

- ◆比較的容易に会話ができるようになるので、社会復帰が早くできる
- ◆器具の音量調整ができるので大きい声で話せる
- ◆呼気を使わないので息切れせず、身体への負担も少ない

残念な点

- ◆人の肉声とは違い、機械音声である
- ◆声が平坦になり感情が表現しにくい
- ◆器具を使うためとっさの場合に話ができない
- ◆常に携帯する必要がある

シャント発声



手術により気管と食道とをつなぐ器具を挿入し、気管孔を手で塞ぐことで肺の空気を食道に導き、声を出す方法。

良い点

- ◆手術後すぐに声が出ることが多く、早期の社会復帰が可能
- ◆肺からの空気を使うので、健常者に近い音量で話せる
- ◆発声の持続時間が長く、一息に長く話すことができる

残念な点

- ◆器具挿入のための手術が必要
- ◆数ヶ月ごとに病院で挿入した器具の交換が必要
- ◆日に数回挿入した器具のブラシ掃除が必要
- ◆自治体によって助成があるが、使い捨ての器具の費用がかかる

第3章

『第二の声』を創るための発声教室 立声会

立声会は音声機能障害者の発声訓練や各種生活相談などの事業を行っている団体です。

喉頭摘出者の「会話」や「社会復帰」, 「明るい家庭生活が過ごせること」等を応援

喉頭摘出で昨日まで出ていた声を失うことは、会話によるコミュニケーションを失うことになり、大きな戸惑いになると思います。

立声会は、第二の聲の獲得だけでなく、職場や地域活動等への復帰, 明るい家庭生活を送れるよう支援を行っているところです。



訓練は喉頭摘出者が指導

「食道発声の訓練」や「電気発声機の使用訓練」は、当事者である喉頭摘出者が指導にあたります。そのため、訓練での行き詰まりや悩みなど、気持ちを理解してもらいながら、訓練を行うことができます。



4泊5日の合宿訓練は全国でもここだけ（通所も可）

喉頭摘出者を対象とした発声教室は全国56団体、149の教室で開催されていますが、泊まりがけでの訓練を行っている教室は立声会だけ。評判が口コミで広がり、県外からも受講に訪れています。

泊まりがけのため、境遇が同じ方々と話す機会も多く、生きていく励みにもなっているようです。



生活にかかる相談もできます

家庭内でのコミュニケーションや日々のケア、喉頭摘出後の生活に役立つ便利グッズの紹介など、喉頭摘出者やご家族の悩み相談にも幅広く応じています。



焦らず訓練をすることが大切

食道発声は体育会系の訓練です。特に遊離空腸による食道再建をされた方は、食道が狭窄し、食が細くなる方が多いようです。また、空腸で新声門を創るため、健常食道の方より時間がかかることが多く、焦らず訓練することが大切なようです。（「第1章（1）喉頭全摘術について」参照）

クラス別訓練の様子

電気発声クラス



- ◆電気式人工喉頭を使った発声練習を行います。
- ◆立声会では、まず第一にコミュニケーション手段を獲得し社会参加することを目標としているため、人工喉頭クラスを最初に据えているようです。

(食道発声)初級クラス



- ◆初級クラスでは、まず食道発声で音を出せるようになる練習を行います。慣れてきたら、様々な単音の練習を行います。
- ◆食道発声には腹圧が必要です。横隔膜を強くする基礎的なトレーニングも...

(食道発声)中級クラス



- ◆中級クラスでは、単語や短文での発声訓練を行います。
- ◆左の写真では、鏡を見ながら空気の吸引の練習をしています。悪い癖を直すため、自分の姿を見ることが大切なようです。

(食道発声)上級クラス



- ◆上級クラスでは、長文や会話での発声訓練を行います。
- ◆朗読から会話になるには、もう一つハードルが高くなります。
- ◆最終目標は健常者と会話ができること。話し相手の会話につられないよう自分のペースで話すことが大事なようです。

立声会では4つのクラスに分かれて訓練を行っています。手術様式や年齢、体力等、人によって発声の獲得に要する期間は異なるようです。この他、全体での発表時間があり、他の参加者の発表を見て、自分も食道発声に挑戦してみようとする気になる方が多いようです。

【Aさんの場合】

51歳、男性、単純喉摘者、病前からスポーツをしており体力がある。

電気発声：3回、初級：3回、中級：2回、上級：3回。訓練開始から11ヶ月で修了

【Bさんの場合】

70歳、男性、食道再建術（遊離空腸）、術後体力が低下している。

電気発声：3回、初級：6回、中級：6回、上級：8回。訓練開始から2年1ヶ月で修了

※この他、現在72歳の食道再建された方でも、初級クラス1回で、言葉のもとになる「原音」の発声ができる方もいらっしゃるようです。

立声会へのお問い合わせ

宮城県喉頭摘出者福祉協会「立声会」

所在地：宮城県仙台市宮城野区幸町四丁目6番2号

宮城県障害者福祉センター内

TEL/FAX：022（293）5305

電話受付：月・水・木・金曜日の午前10時～午後3時

第4章

喉頭摘出者に関する各種制度

喉頭がん等により喉頭を摘出した場合、コミュニケーションに関しては、以下のような制度で各種サービスを受けられる可能性があります。

制度	内容	窓口
身体障害者手帳	<p>身体上の障害程度に該当すると認定された方に対して身体障害者の自立と社会経済活動への参加を促進するため交付されるもの。各種の福祉サービスを受けるために必要となります。</p> <p>喉頭摘出者は3級（音声機能又は言語機能の喪失）に該当します。</p>	居住地を有する市町村の障害福祉担当窓口
日常生活用具給付等事業	<p>障害者等の日常生活がより円滑に行われるための用具を給付又は貸与する制度。身体障害者手帳を所持していることで利用できます。</p> <p>喉頭摘出者のコミュニケーションを補助するものとして、電気式人工喉頭と携帯用会話補助装置があります。</p> <p>携帯用会話補助装置には、3ページで紹介した機器や、声量の少なさを補うための拡声器等が含まれる場合があります。</p>	居住地を有する市町村の障害福祉担当窓口