

# あさか訪問通信



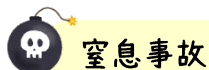
窒息

口腔機能低下症



R3.12月号

寒さも少しずつ厳しくなり、本格的な冬の訪れを感じられる頃となりました。『お餅』を食べる機会が増える季節でもあり、高齢者に急増するのが『お餅を喉に詰まらせてしまう』窒息事故！！中には重症になり死亡してしまうケースもあります。



窒息事故

- 餅
- ごはん
- 飴
- パン
- 寿司

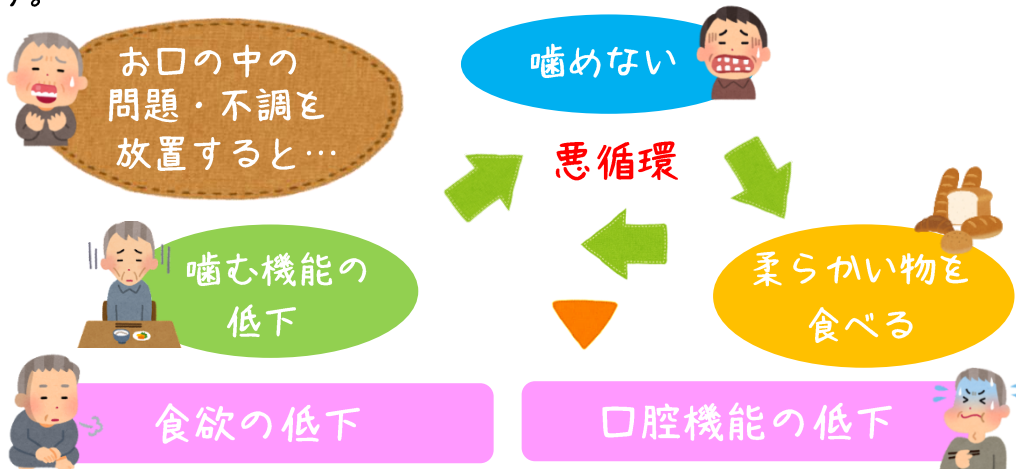
## 〈ハイムリック法〉

片手でにぎりこぶしを作り親指側を傷病者のみぞおちのやや下にあてます。そのこぶしをもう一方の手で握り、すばやく手前上方に向かって圧迫するように突きあやます。

窒息の原因として急増するのは、やはり『お餅』です。また日常よく口にする『ごはん』や『パン』も上位を占めています。テレビを見ながら、誤って薬と一緒に薬包を誤飲してしまったケースも少なくありません。万が一窒息してしまった場合は、まず呼びかけが重要です。反応がある場合は異物除去を行います。異物がとれるか又は意識がなくなるまで続けてください。また、正しい姿勢でお食事ができているか再確認が必要です。本人の嚥下能力を十分把握したうえで、食事の形態を配慮したり、飲食時の見守りをしっかり行うことが大切です。当院では、飲み込みを専門とする歯科医師が在籍しています。食事の形態のご相談も承ります。お気軽にご相談ください。

# ★ 口腔機能低下症 ★

歯磨きの回数や時間が減ったり入れ歯に不具合があっても放置してしまうと、虫歯や歯周病が進行し歯の数が減ってしまいます。そうすると食べる力が低下して、食べにくい野菜やお肉を避けてしまいます。結果、栄養の偏りやエネルギー不足になり全身の健康に影響を及ぼします。



## 診断基準

※7項目のうち3つ以上は要注意

- 口腔の不潔（舌の汚れ）
- 口腔の乾燥（唾液の分泌量）
- 咬合力の低下（噛む力や残ってる歯の本数）
- 舌口唇運動機能低下（舌や唇の動き）
- 低舌圧（舌の力）
- 咀嚼機能低下（咀嚼力）
- 嚥下機能低下（物を飲み込む力）



お知らせ

医療費控除を活用しましょう

税

医療費控除とは1年間に医療費を10万円以上支払った場合、受けられる控除です。生計が同一のご家族分もまとめて申請可能です。