

あさか訪問通信



高齢者の死因



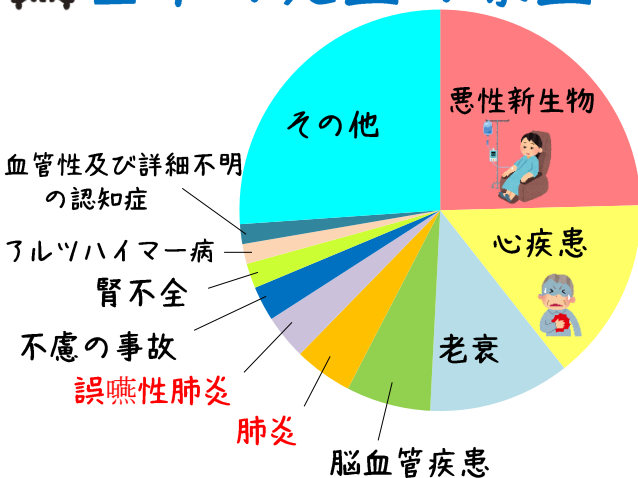
R6.1月号

皆様、健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

『誤嚥性肺炎』という言葉をご存知でしょうか？

高齢になると歯磨きが疎かになり、お口の中が不潔になると歯周病が進行します。歯磨きがうまくいかず汚れが残ったままになったり、唾液の分泌が少なくなって歯周病菌が爆発的に増えるなど、歯周病が悪化するリスクが増えてしまいます。歯磨きができていない不衛生な口腔内では、誤嚥によって肺に細菌が入り込んでしまうことで肺炎を引き起こしてしまうのです。

日本の死因の原因



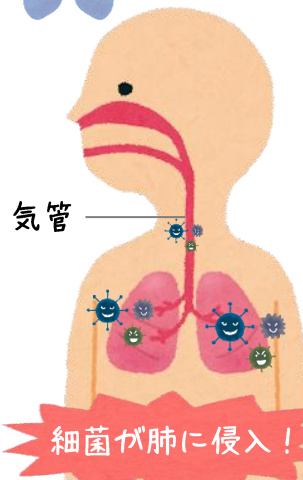
- 1位 悪性新生物
- 2位 心疾患
- 3位 老衰
- 4位 脳血管疾患
- 5位 肺炎
- 6位 誤嚥性肺炎

Etc...

高齢者は加齢による誤嚥の危険性が高くなることが知られています。主な死因の第6位が誤嚥性肺炎となっていることからわかるように、誤嚥は時に命に関わる事態を引き起こす重大な問題です。元気に長生きするためにも、誤嚥予防はとても重要です。



誤嚥性肺炎 (ごえんせいはいえん)



食事中に咳き込んだり、食事がはじまると痰がらみのような状態になったりしていませんか？

このような症状が出ている時は、食べ物が誤って気管の中に入りこんでしまっているかもしれません。本来、気管に入ってはいけない物が気管に入り込むことを『誤嚥』といい、誤嚥によって細菌やウイルスが肺に入って起こる肺炎を『誤嚥性肺炎』といいます。自宅で予防することができますので、日頃のケアがとても重要です！

誤嚥の存在を疑う症状



食中にむせる



食後に声が
かすれる・痰がからむ



食事に時間がかかる

予防のポイント

お口の清潔を保ち、
お口の中の細菌を
減らしましょう！

バランスのとれた
食事で抵抗力を
つけましょう！

たくさんの会話が、
お口の体操に
なりますよ！

★定期的な口腔ケアは専門の私達にお任せください。また、当院では飲み込みを専門とする歯科医師が在籍しております。お気軽にご相談ください♪