

お口の健康情報室

口の中でかみ砕かれて唾液と混ざった食べ物は、のどを通って食道から胃へ流れ込みます。しかし、のみ込む機能が低下して、食道に入るべき食べ物や唾液が気管に流れってしまうことがあります。これを「誤嚥」といいます。

その際、口の中の細菌が一緒に入り込み、気管や肺の中で繁殖して誤嚥性肺炎を引

口腔ケアで肺炎予防

き起こすことがあります。寝たきりの高齢者や神経疾患を患っている人、脳梗塞による後遺症がある人に多く起こります。

誤嚥性肺炎は咳や発熱のようない目立った症状がなく、「食欲がない」「何となく元気がない」といった軽い症状しか表れないため、発見が遅れることもあります。重症化させないよう注意が必要です。

口内が汚れたままですと、誤嚥性肺炎の原因となる細菌が増え続けます。口の中や入れ歯に付いている汚れを

取り除き、清潔を保つことが予防につながります。歯科医師や歯科衛生士による専門的な口腔ケアを受けることや、口や顔の周りの筋肉を動かす運動も効果的でしょう。

(千葉県歯科医師会)



日本歯科医師会PRキャラクター
よ坊さん(千葉県ご当地版)