

お口の健康情報室

食道に流れ込むべき唾液や食物が、誤って気管に入ってしまうことを「誤嚥」といいます。誤嚥性肺炎は、細菌が肺の中に入ることによって発症し、通常肺炎に対して口の中の細菌が大きく関与していることがわかっています。

のみ込み機能が低下している人に起こりやすく、高齢者の肺炎の約7割を占めます。死に至る疾患であり、口

誤嚥性肺炎 細菌が関与

から食べることが危険と判断され、口からの食事ができなくなることもあります。

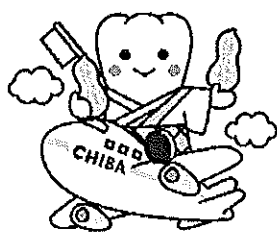
免疫力の低下や日々の活動量の低下、低栄養、胃食道逆流などにより、誤嚥性肺炎は発症しやすくなります。また、さまざまな薬剤の副作用で、のみ込み機能の低下を起す可能性があります。

誤嚥性肺炎は発熱や咳を伴わないこともよくあります。元気がない、食欲がないなど、軽い症状しか表れないこともあり、注意が必要です。

予防には、歯磨きや歯石除去など口の中の細菌を減らす口腔ケアが、最も大切

です。また、しっかりと栄養を取って体を動かすことや、食後2時間は横にならないなどの生活管理のほか、口や顔の筋肉を動かすことも誤嚥予防のための訓練になります。

（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、当地区)