



よ坊さんだより

▼53▲

近年高齢化社会の進展に伴い、口腔ケアが重要視されてきています。その理由として、口の中は全身につながっているのです、口腔ケアが不十分になると口の中の細菌が原因で全身の健康に影響を及ぼすからです。そのなかでも誤嚥性肺炎は気をつけておくべき病気の一つです。

肺炎と聞いて口腔ケアとは関係がないと思っている

口腔ケアと誤嚥性肺炎

方が多いのではないのでしょうか。肺炎は日本人の死亡原因の第3位となっています。その肺炎で亡くなる方の中で9割以上が65歳以上の高齢者です。高齢になる

に伴い、口まわりの機能が衰え、しっかり飲み込むという動作が難しくなり、食べ物や唾液が細菌とともに気管に入ってしまう誤嚥性肺炎を誘発します。また脳梗塞や脳卒中、術後後遺症によっても摂食・嚥下機能は低下します。その他、低

栄養になることで免疫力が低下して、わずかな誤嚥によっても誤嚥性肺炎を誘発します。

ってきたむし歯や歯周病を治療することはもちろんですが、それと同時に口腔ケアをすることで口の中の細菌を減らすことが大切です。

口腔ケアの方法は一人ひとりの口の中の状態によって変わってきますので、かかりつけの歯科医院でアドバイスをもらうことをお勧めします。

(京都府歯科医師会広報室員 森下徹)

*「よ坊さん」は日本歯科医師会のイメージキャラクターです。