



Dr ' s Message

## いきいき健康術 第109回

町立病院・診療所の医師や専門職員が  
健康情報をお届けします。

# 『口腔ケアと誤嚥性肺炎』



京丹波町病院  
和知歯科診療所  
ふなき けん  
所長 舟木 健

### 高齢者ならだれでも発症の可能性

近年、日本人の死因第3位が肺炎になったのをご存知でしょうか？長年、3大疾患の一つとされてきた脳血管疾患を抜いて3位となったのは昭和26年以来的ことです。

その肺炎で亡くなる方の多くは、誤嚥性肺炎が原因となっています。誤嚥性肺炎とは、食べ物を飲み込むときの誤嚥(食べ物が気管に入ってしまうこと)が一因となり引き起こされます。本来、空気が入る気管に食べ物や唾液と共に細菌が入ると、肺が炎症を起こしてしまうのです。

誤嚥性肺炎は、高齢者ならだれでも発症の可能性のある病気です。なかでも次のような方は特に注意が必要です。

- 脳梗塞などの経験がある方
- 神経・筋疾患がある方
- 口やのどのがんの手術、放射線治療を受けて口腔内環境が変わった方
- 寝たきりの方(胃液が逆流して誤嚥することがあります)

### 口腔ケアで誤嚥性肺炎を予防

誤嚥が起こる主な理由としては、加齢や脳梗塞による嚥下機能(食べ物を飲み込んだり、異物を外に押し出したりする力)の低下があげられます。脳疾患に併発して起こることが多いため、点滴や抗生剤で肺炎が改善したとしても、再発の可能性はなくなりません。よって、誤嚥性肺炎による命の危険を回避するには、日ごとの予防対策が欠かせないのです。

誤嚥性肺炎を防ぐ効果的な方法ですぐに導入できることは、口の中を清潔に保つこと、つまり口腔ケアです。口は食べ物、唾液の通り道ですので、清潔に保ち細菌数を減らすことで誤嚥性肺炎は予防できます。

普段から「むせやすい」、「飲み込みにくい」といった症状に合わせて、肺炎の診断を受けた場合は、必ず歯科を受診し、口の中のチェックを行ってください。

京丹波町病院 和知歯科診療所  
(電話)0771-84-1154



体験した生徒は、看護師・理学療法士・放射線技師など各専門職の業務の様子を観察し、院外の訪問看護・訪問リハビリの実際にも触れ、地域医療の現場について見識を深めました。

医療分野を志す高校生  
地域医療の現場に学ぶ  
京丹波病院は七月二十六日、綾部高等学校の看護系・医療系を希望する三年生の体験学習(ジョブシャドウイング)を受け入れ、三十人が地域医療の現場に学びました。ジョブシャドウイングは、米国で定着している職業教育の一つで、学生が企業などに赴いて従業員に密着し、職場での仕事ぶりを観察するというもの。生徒が目標をもって望ましい職業観を身に付けられるよう行われました。

町立医療施設の敷地内は全面禁煙です。ご理解とご協力をお願いします。