

口は健康のもと Vol.110

誤嚥性肺炎ってなあに？ ～日本人の死因第4位～

みなさんはいくつの項目が当てはまりますか？

- ①よく噛めない ②食べ物がむせたり喉につかえる ③口が渇く ④歯磨きが面倒 ⑤未治療の歯を放置している

当てはまる項目が多いほど「誤嚥性肺炎」になるリスクが高いと考えられます。「誤嚥性肺炎」とは、細菌が唾液や胃液と共に肺に流れ込んで生じる肺炎です。

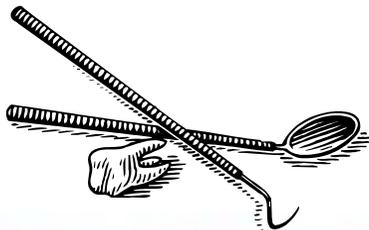
肺炎は平成20年、日本人の死因の第4位となっており、決して楽観視できません。しかも「誤嚥性肺炎」は繰り返しやすい、抗生物質治療に対して耐性が発生し、治りにくくなることがあります。

人は加齢により歯の欠損や筋力低下で「うまく噛めない、飲み込めない」といった摂食・嚥下機能低下が生じます。また唾液の減少や、歯磨き不足により、口が乾燥して口腔内の細菌が増加します。これらにより「誤嚥性肺炎」が生じやすくなります。

どうすれば予防できるでしょうか？

しっかり口腔内を清掃し、歯を治療することで口腔内の環境を整えることが大切です。また、歯磨きや口腔内をマッサージすることなどの刺激により、唾液分泌が増加するとともに、飲み込む力や気管内の異物をはき出す力が回復します。

「食べる楽しみ」は「生きる楽しみ」、 「誤嚥性肺炎」予防のため、積極的に歯磨きし、歯医者さんに通院しましょう。



奥羽大学歯学部附属病院

歯科麻酔科 講師 渡辺 正博

