

## 口は健康のもと Vol.145

### 誤嚥(ごえん)性肺炎とお口のケア

摂食嚥下(せつしょく えんげ)障害の話の続きです。水や食べ物が喉に入ると、通常は無意識に反射が起きて食道から胃へ送り込まれます。飲み込みの反射が上手くいかないと、誤って気管に入り込んでしまいます。この時にむせるのは、気管に入り込んだ異物を肺や気管から外に出すための働きです。しかし、脳梗塞の後遺症や加齢のために喉の感覚が低下していると、むせが起きなかったり、あるいはむせの力が弱いために、異物を出せなくなってしまいます。すると肺の中で細菌が増え、肺炎になることがあります。これを誤嚥性肺炎といいます。

誤嚥性肺炎を予防するためには、口の中の細菌を減らすことが大切です。総入れ歯でも入れ歯を磨くだけでなく歯ぐきをスポンジブラシでぬぐったり、舌の表面を舌ブラシで清掃し、粘膜にいる細菌を減らすことが大切です。

気をつけなければいけないのは、経管栄養で鼻や胃から栄養を取りこんでいる場合です。口を使っていないほうが粘膜の汚れが溜まりやすく、誤嚥性肺炎の危険性が高まります。口から食べている人以上に、口の中のケアが大切になります。



奥羽大学歯学部附属病院

歯科麻酔科 講師 鈴木 史彦

