

## 口は健康のもと Vol.69

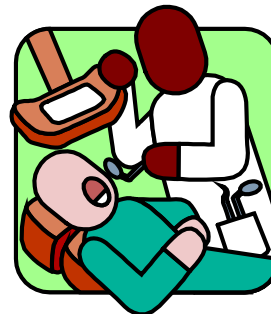
### 肺炎起こす歯の汚れ

肺炎は高齢者の死亡原因の第1位とされている病気です。肺炎の中でも嚥下（えんげ）性肺炎として分類されるものは、口の中の細菌を誤嚥することでおこります。

口腔清掃が充分に行われないと歯の表面に「歯垢」、または「デンタルプラーク」という汚れが付着します。歯垢の構成成分はほとんどが細菌です。従って、歯に歯垢が多く付着している方が食べ物を誤って気管の中に吸ってしまうと細菌の固まりである歯垢も一緒に嚥下されてしまいます。

高齢者では肺の中に細菌が入ってもそれを排除することは困難であり、白血球がその細菌を殺すことも十分にできません。そのため、特に生体の抵抗力が低下している高齢者では肺炎が起きやすく、重症化した場合には命にかかわることもあります。

この嚥下性肺炎を予防するためには、口の中を歯ブラシでよく清掃し、いつもきれいな状態にしておくことが大切であり、定期的に歯科医院を受診することが重要です。



奥羽大学歯学部 口腔細菌学  
教授 清浦有祐