

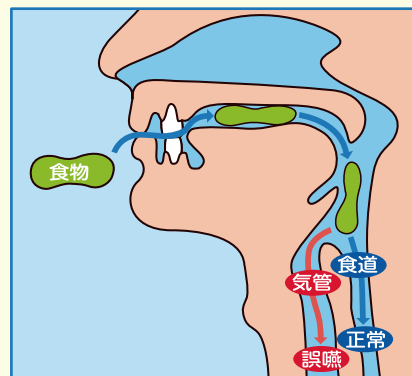
口とつながる2つの道

1. 食事のための食物の道→**食道**
2. 呼吸のための空気の道→**気道** (気管支・肺)

↓ **気道に食物が入ると**

- ・気道が詰まる=**窒息**:呼吸困難
- ・肺や気管支に流れる=**誤嚥**:むせ

※食事中だけでなく食後、喉に残った食物の誤嚥、胃からの逆流(**胃食道逆流**)による誤嚥もあります。



※食物は、舌と頬で歯の上に支えられる。

↓ **肺や気管支の炎症が発症すると**

誤嚥性肺炎

高齢者に多く、むせや発熱などの症状が無くても発症していることがあります。



予防方法：歯科医師・歯科衛生士との関わりが予防になります。

- ・口腔ケア方法 (歯や入れ歯の手入れ) の指導を受ける。
- ・歯のクリーニングを専門的に行なってもらう。
- ・お口や首などの体操の実技指導を受け、日常的に実践する。

誤嚥や窒息しやすい人とは？



- ・高齢者・寝たきりの人
- ・睡眠薬などの服用者 (筋力低下・口の乾き)



- ・食事姿勢の悪い人
- ・食後すぐに寝る人



- ・奥歯が無い人
- ・適合の良い入れ歯が無い人

食べる力の衰えを察知したら、
かかりつけ歯科医に相談しよう♪