だんらんご利用者様・ご家族様

だんらんだより

No.133

だんらん福祉用具貸与販売事業所
管理者　村松　明日美

だんらんイメージソング
ハレルヤ

暑さがおさまる頃となりましたが、皆様はいかがお過ごしでしょうか。
高齢になるとなりやすい肺炎を皆様はご存知でしょうか？
今回は、【誤嚥性肺炎】についてのお話です。

誤嚥性肺炎(ごえんせいはいえん)とは

誤嚥性肺炎とは、食事時の誤嚥(飲食物や唾液などが気管に入ってしまうこと)によって生じる肺炎のことを指します。

特に高齢の方に多く、高齢の肺炎患者さんの大半が誤嚥による誤嚥性肺炎と診断されています。
肺炎は日本人の病気による死者数の上位を占め、死亡率が高いです。そのため、誤嚥性肺炎を起こさないよう、また悪化を防ぐために早めの対策が必要となります。

予防

☑口腔内を清潔に保つ

歯みがきやうがいをして清潔にしましょう。

☑嚥下(えんげ)反射を改善する

食事姿勢や食事形態に注意しましょう。

☑胃液の逆流を防ぐ

食後 2 時間ほど座って身体を起こすことで逆流を防止できます。

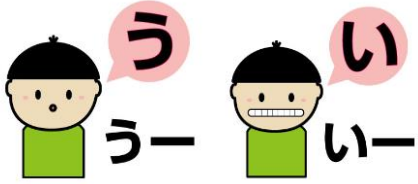
☑体力をつける

強い咳で吐き出す力や細菌感染に対する体力・免疫力があれば、
肺炎のリスクが低下します。十分な睡眠、換気をする等も大切です。

☑口腔体操をする

首から上のマッサージやストレッチや早口言葉、口の体操や歌や会話など
口やのどの機能を使うことで運動になるとともに誤嚥の予防にもなります。

口腔体操



ぱ・ぱ・ぱ
た・た・た
か・か・か
ら・ら・ら

ぱんだのたからもの

今月のおすすめ商品

＼＼ 簡単口腔ケア ／／

オーラルプラス口腔ケアウエッティー

歯みがき以外の口腔ケア。
災害時の備蓄品にも欲しい一品です。

介護用品・福祉用具選びに困ったら
お気軽にご相談ください

オーラルプラス口腔ケアウエッティー
(マイルドタイプ)

776 円(税込)

393 円(税込)

だんらん福祉用具
〒942-0171　新潟県上越市頸城区北方125-9
TEL 025-530-3657

だんらん福祉用具のリンク集
各種 SNS やインターネットショップの
一覧をご覧いただけます

上越　だんらん　検索
https://danran.co.jp/

まちの表情「切り取る」ポータルサイト
KIRITORU
キリトル上越

「キリトル上越」は、まちで暮らす
「人」に焦点を当てたまちの表情を
切り取るポータルサイトです。
https://kiritoru-j.com