



利用者様の嚥下しっかりできてますか???

まだまだ寒い日が続いておりますが、体調はお変わりありませんでしょうか？

今回のテーマは「**誤嚥性肺炎**」です。

既存の利用者様、紹介して頂く利用者様の多くの方が罹っている疾患です。

今回は誤嚥性肺炎の「**基礎知識**」や「**改善・予防のポイント**」についてお話したいと思います。



誤嚥性肺炎とは？

誤嚥性肺炎とは、誤嚥から発症する肺炎のことを指します。

誤嚥性肺炎の発症には、飲み込みに関係する機能が低下している(嚥下機能障害)ことが背景にあります。近年日本人の死亡原因第3位という高い割合を占めています。



誤嚥性肺炎の予防方法は？

①うがい

口の中、喉を清潔に保つ

②禁煙

喫煙をしていると痰を排出する機能が低下します。

③食事時の姿勢

上体を起こして、ゆっくり飲み込む



誤嚥性肺炎の症状とは？

典型的な症状として、、、

①発熱

②咳

③濃い色の痰

高齢者だとこれらの症状が現れにくく、普段より元気がない、ぼんやりしている、食欲がないといった症状だけが現れることもあります。



予防できる運動!!!

①首のストレッチ



②顎の運動

