

# ごえんせいはいえん 誤嚥性肺炎を予防しよう！

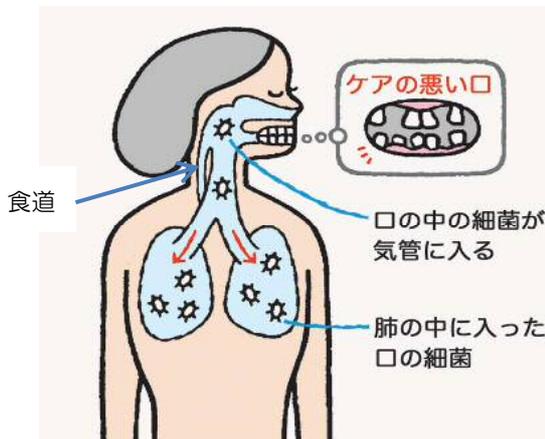
## ごえん 誤嚥とは

食べ物や飲み物、だ液などが気管に入ってしまうこと。

通常は、呼吸（息） → 気管を通過して肺へ  
食べ物・飲み物・だ液など → 食道を通過して胃へ

## ごえんせいはいえん 誤嚥性肺炎とは

加齢や病気のため飲み込む能力が衰えたところに、口の中の汚れ（歯周病菌などの細菌）が飲食物やだ液と一緒に、気管から肺の中に入り込み、肺が炎症を起こす病気です。



### 注意！！

口から食べることができない方も、口の中の細菌を無意識に飲み込み、誤嚥性肺炎にかかることがあります。



## ごえんせいはいえん 誤嚥性肺炎を予防するには



口の中を清潔に保つ



飲み込む力を保つ



病気に対する抵抗力を高める

加齢や病気によって飲み込む能力が落ちてくると起こりやすくなるので、口の中を清潔にし、お口の周囲や顔の体操などで飲み込む能力を保ち、誤嚥性肺炎を予防しましょう。