

誤嚥性肺炎



最近、誤嚥性肺炎に注意と言われました。
誤嚥性肺炎について教えてください。



誤嚥(ごえん)
性肺炎は、食物
や唾液を嚥下す

る機能の低下や、誤嚥で
気管に入った時の反射が
低下した場合に起き、高
齢者に多く、今や死亡原
因の6位です。食事中に

むせたり、せ
きが出る、食
事の時間が長
くなる、声が
小さくなくなっ
た、錠剤など
の薬が飲みに
くい、食後に痰

(たん)が絡むなどの
症状があれば嚥下機能
低下の兆候です。まずは、
嚥下する筋肉を鍛えるこ
とが大切です。嚥下機能
改善の体操は、ネットな
どの記載が参考になると



思いますが、のみ込

む筋肉は会話の筋肉であ
りますので、コロナ禍で少
なくなった会話の機会を

少しずつ多く
して、時にはカ
ラオケで歌う
こともいいで
しょう。食事
中の誤嚥を防ぐ
方法としては、少し

顔を下に向けると喉を
小さくでき、気管支に入
りにくくなりますので、
トライしてみてください。
普段は前向きでいいです
が、たまには下向きも。

朝倉病院
理事長/院長
田辺 裕久さん