

いつまでも おいしく食べる

豊頃町歯科診療所
夏野伸一

豊頃町歯科診療所 夏野歯科医師から、年齢を重ねても「いつまでもおいしく食べる」秘訣を、全12回シリーズでお届けします。ご家族みんなで気をつけたい口腔ケアについて、今回は「飲み込みが悪くなることの危険性」と「誤嚥性肺炎」について説明します。

第2回 怖～い肺炎の話

飲み込みが悪くなると、誤嚥性肺炎のリスクが高まるのです

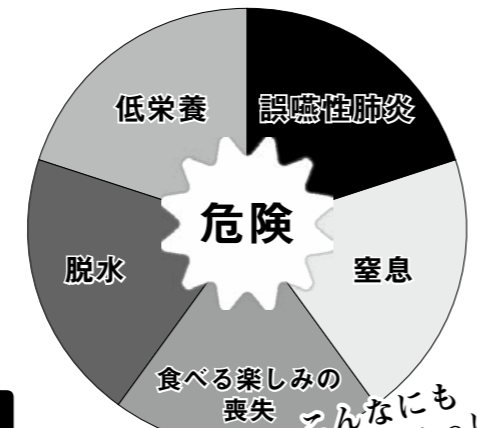


町の歯医者さん
夏野です

1

イラスト：SAORI

飲み込みの悪さを放っておくと…



危険

こんなに危険がいっぱい!

2

高齢者の肺炎はわかりにくい

発熱・咳・痰が出ないこともある


↓

発見が遅れ、症状が出たときには進行してしまっていることも多い

次のような症状に周りの人が気づいてあげることが大切です

- 食欲がない
- 元気がない
- 顔色がすぐれない
- 微熱が続く
- 呼吸数の増加

呼吸数の変化に気づくことがとても大事!



3

誤嚥性肺炎にならないためには

体へのダメージ / 体の元気力でダメージを回復!

・誤嚥する量が多い
・誤嚥物に細菌がこっそり

・咳で異物を出す
・免疫力アップ

ダメージを減らすには…
飲み込み力をアップさせること
口腔ケア
めっちゃくちゃ大事!

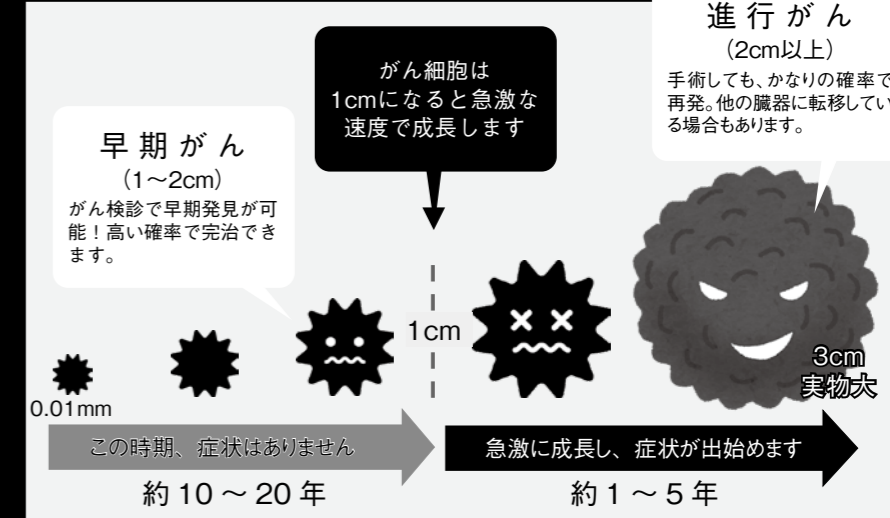
体を元気にするには…
呼吸の訓練
栄養をとる
肺炎球菌ワクチンを接種

4

詳しくは・・・【お問合せ先】豊頃町歯科診療所 ☎(574)2531

がん検診は受けていますか？

わが国のがんによる死亡者数は、年間30万人を超え、死亡原因の第1位を占めるようになりました。しかし医療の進歩により、一部のがんは、早期発見・早期治療が可能になりました。がん検診は、こうした医療技術に基づき、がんの死亡率を減少させることができる確実な方法です。



早期がん (1~2cm)
がん検診で早期発見が可能！高い確率で完治できます。

がん細胞は1cmになると急激な速度で成長します

進行がん (2cm以上)
手術しても、かなりの確率で再発。他の臓器に転移している場合があります。

この時期、症状はありません 約10~20年

急激に成長し、症状が出始めます 約1~5年

0.01mm 1cm 3cm 実物大

症状がないからこそ検診を！

無症状のうちに、がんを早期発見し、治療することが大切です。無症状の人には進行がんが少なく、早期のうちにがんを発見することが可能です。症状がある方は検診を待たずに、至急医療機関を受診してください。

感染症対策を徹底し健診を実施します

巡回ドック受付中!

【場 所】 豊頃町保健センター
 【日 時】 令和3年1月19日(火)~22日(金) ①7:00 ②8:00 ③9:00 ④10:00
 【申込方法】 豊頃町保健センター ☎574-3141へ令和3年1月8日(金)までにお申込みください。

生活習慣病予防健診	がん検診	その他の検診
<p>【内容】 身体計測、尿検査、血圧測定、血液検査、心電図、眼底検査等</p> <p>◆一般基本健診(500円)</p> <p><対象> ・20~39歳 町民 ・40~74歳被用者保険被扶養者 ・生活保護世帯(無料)</p> <p>◆国保特定健診(無料)</p> <p><対象> 40歳以上国保加入者</p> <p>◆後期高齢者検診(無料)</p> <p><対象> 後期高齢者医療加入者</p>	<p>◆胃がん検診(700円)</p> <p>◆肺がん・結核検診(200円)</p> <p>◆大腸がん検診(200円)</p> <p><対象> 40歳以上</p> <p>◆前立腺がん検診(800円)</p> <p><対象> 50歳以上(男性)</p>	<p>◆骨粗しょう症検診(200円)</p> <p>◆エキノコックス症検診(200円)</p> <p>◆ピロリ菌検査(700円)</p> <p><対象> 20歳以上</p> <p>◆肝炎ウイルス検診(400円)</p> <p><対象> 40歳以上</p>
<p>風疹抗体検査無料クーポンをお持ちの方 (昭和37年4月2日~昭和54年4月1日生まれの男性)</p> <p>◆巡回ドック受診時、風疹抗体検査を受けることができます。希望される方は事前にお申込みください。</p>		

詳しくは・・・【お問合せ先】保健センター ☎(574)3141