



# 誤嚥性肺炎に注意！

## ○誤嚥性肺炎とは？

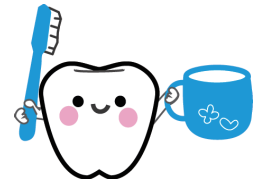
お口の中にはたくさんの種類の細菌がすんでいます。

お口の中の細菌や、逆流した胃液が誤って気管に入ると「誤嚥性肺炎」に掛かることがあります。寝ている間に発症することも多く、高齢者では命にかかわるケースも少なくない病気です。

## ○予防方法は？

お口の手入れ（歯磨きなど）により歯や粘膜の清掃をしっかりと行うことで「誤嚥性肺炎」の予防が可能です。

歯磨きなどにより口の中を清潔にし細菌を減らします。



避難所では、歯ブラシはあっても歯磨き剤がなかったり、水が思うように使えなかったりする所があるかもしれません。

でも、歯磨きはエチケットという意味だけでなく、命を守るためにとても大切なことです。

歯磨き剤はなくても構いません。お口をすすぐのがお茶でも構いません。

**どうか少なくとも1日2回の歯磨きをして下さいね。**

阪神淡路大震災の時、地震で助かった命がその後に誤嚥性肺炎で多く失われたことに、私たち歯科医療関係者は力不足を痛感せずにはられませんでした。

歯磨きや義歯洗浄などのお口の中の細菌を減らすことは、とても大事です。

私たちの想いが皆さんの所に届くのを心より願っています。

# Toothbrush Aid

【ToothbrushAid】プロジェクトは、行政や大きな組織では細かなニーズの把握に時間を要し、本当に必要とされている被災地へ命を救う歯ブラシが届けられない事に端を発し、歯科医療従事者自らが有志で立ち上げたものです。