

誤嚥性肺炎の予防

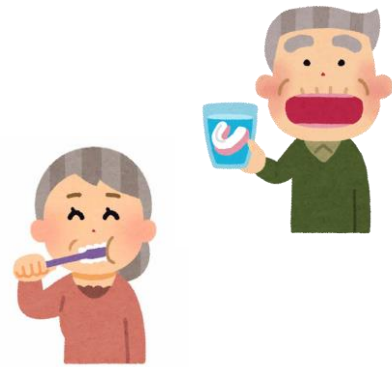
誤嚥性肺炎とは、飲み込む力や咳をする力が低下して起こります。食べ物や唾液などが誤って肺に入ってしまうことを誤嚥といい、誤嚥から発症する肺炎のことです。肺炎を繰り返すと、命の危険もありますので予防が大切です。



予防のポイント

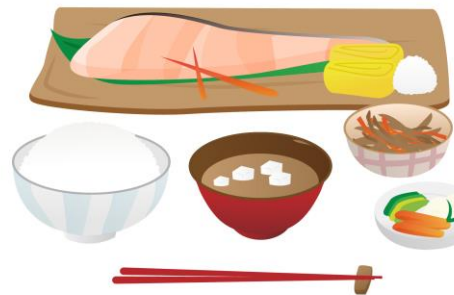
お口の清潔を保ちましょう！

特に**寝る前と起床時**の口の中の細菌を減らしましょう！



バランスのとれた食事を

しましょう！



たくさんの**会話が**お口の体操になります！話をしましょう！

