



# 明和病院だより



2015年9月号

## (1) 新任医師のご紹介 (平成27年9月1日付)

### ★ 明和がんセンタークリニック 鈴木 公美 (専攻医)

9月より明和がんセンタークリニックで勤務させていただくこととなりました鈴木公美と申します。これまでは兵庫医科大学放射線科に勤務しておりました。まだまだ勉強の身ではありますが、少しでも皆様に貢献できますよう頑張りたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

・専門：放射線科

## (2) 医師から皆様へ

### 〈重症化しやすい高齢者の肺炎～誤嚥性肺炎をご存知ですか～〉

#### ★はじめに★

つい先日、我が国は終戦70年を迎えました。その終戦直前に抗生物質が登場し、終戦直後は結核や肺炎などの感染症が死因の上位を占めておりましたが、わずか10年あまりで急激に減少しました。しかし、昭和50年頃から、それまで下降の一途を辿っていた肺炎による死亡率が一転、上昇し続けるようになりました。それは抗生物質の効かない耐性菌が増え始めて来たからです。更には日本人の平均寿命は男性が80.50年、女性が86.83年と超高齢化が進んでおりますが、飲み込むための「嚥下機能」が加齢と共に低下することで、間違っただけで気管に食べ物などが入り(誤嚥)、それが肺に達してしまい肺炎を引き起こしやすくなります。この結果、平成24年に肺炎は脳血管疾患を抜き、日本人の死因第3位に浮上しました。一旦、誤嚥性肺炎を起こしますと、それだけ嚥下機能が衰えておりますので、それ以降、何度も誤嚥による肺炎を繰り返してしまう可能性が高く、結果的に抗生物質が効きにくくなってしまふことがあります。こうなる前に誤嚥の防止策が重要となります。

#### ★誤嚥の種類とその対策★



誤嚥するものには、食べ物が直接的に気管に入って肺炎を引き起こすものだけではなく、唾液が気管に入って引き起こすもの(唾液誤嚥)や、嚥下はできて一旦は胃に入っていた食べ物が、後で逆流して気管に入ってしまうもの(吐物誤嚥)があります。このため、食事時の嚥下に注意するだけでなく、唾液が汚くならないように、口の中を清潔に保つ必要があり、定期的な口腔ケアをお勧め

致します。当院には歯科口腔外科がありますので、是非ご相談下さい。

また、吐物誤嚥では何口分かの食べ物や消化液などが一気に逆流して嚥下しきれずに気管に入ってしまいますので、一番重症化しやすいと考えます。

食べて直ぐ横にならないとか、寝たきりの方の場合は、食事後暫くは頭を挙げておく、眠っている最中でも頭を高めを保つなど、また唾液や嘔吐物が口の外に出やすいようにうつ伏せか横向きで寝る事が重要です。このことは唾液誤嚥の予防にもつながります。

#### ★誤嚥の予防のための養生と要注意の状態とは★



日ごろから喋るなどして、のど周りの筋肉を鍛えること、飲み込みを素早く行うことを繰り返したり、意識して咳き込むなどの訓練が重要です。また歳をとりますと、のどの周りの筋肉だけでなく、首全体の筋肉が衰えると共に首が固まって回り難くなり、それに伴いのどの筋肉も弱まってしまいます。そこで、首を前後左右にゆっくり動かしたり、

半回転するような柔軟体操を習慣にすることをお勧め致します。更にガラガラうがい首を上にあげて行ううえ、のどで水を押し返す力がないと気管に入っていきますので、誤嚥予防の訓練にもなります。また失敗が増えたり、出来なくなったりすれば要注意です。特に普段から、ムセが多くなって来た時は、当院耳鼻咽喉科での精密検査をお勧め致します。

総合診療科 医長 高屋 豊

## (3) 医療講座(公民館主催)のお知らせ

- ①・演 題 : がんにならないために そしてがんになってしまったら
- ・講 師 : 副院長 柳 秀憲
- ・日 時 : 9月15日(火) 14:00~15:30
- ・場 所 : 中央公民館(Tel67-1567) ※無料(参加自由)
- ②・演 題 : 歯科インプラントの治療Q & A
- ・講 師 : 歯科口腔外科 部長 末松 基生
- ・日 時 : 9月18日(金) 14:00~15:30
- ・場 所 : 高須公民館(Tel49-1312) ※無料(参加自由)



## (4) 帯状疱疹後神経痛でお悩みの皆様へ

帯状疱疹後神経痛とは、帯状疱疹による皮疹が完全に治った後も、痛みや感覚の異常(ピリピリ、チクチク、ズキズキする痛み)が残る神経障害性疼痛のことです。

当院では帯状疱疹後神経痛に対する新しいお薬の治験を行っています。参加頂ける方を募集しております。詳しくは下記へお問い合わせ下さい。

#### \* ご相談窓口

窓 口 : 治験事務局 担当医 : 皮膚科 部長 黒川 一郎  
電 話 : 0798-49-8336 (平日 9:00~17:00)



※ご参加いただくにはいくつか条件がございます。条件を満たさない場合はご参加頂けない場合がございます。予めご了承ください。

(編集発行人 事務部長 沖田明弘)