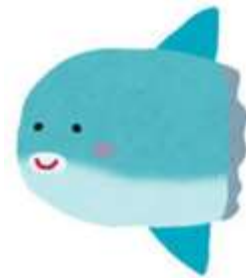


まんぼう通信



平成 30 年 8 月 1 日 No.46

みなさんこんにちは！

暑さが厳しくなってきましたが、いかがお過ごしでしょうか。最近よく耳にする、**誤嚥性肺炎**をご存じでしょうか。肺炎は、日本人の**死亡原因の第 3 位**となっており、特に高齢者では誤嚥性肺炎となる方が多くなっています。

誤嚥性肺炎とは？

食べ物や唾液が誤って食道ではなく気管に入り、肺に流れ込んだ細菌が繁殖することで起こります。**発熱**や**食欲がわからない**などの症状が出ますが、自覚症状がなく発見が遅れる場合もあります。高齢者や脳梗塞の後遺症がある方など、食べ物を飲み込む機能が下がっている人に起こりやすいです。

～食事前にこんな体操をしてみましよう～

①首まわし(左右両方)



②肩すぼめ



③頬をふくらませてしぼませる



④声の体操「パタカラ」



口の中をきれいに保つことも大切です

歯磨きを丁寧に！入れ歯を清潔に！

～管理者・副管理者紹介～

管理者
小野寺

おのであら

裕志

ゆうし



副管理者
小山

おやま

真

まこと

8月より、

管理者に理学療法士の**小野寺**

副管理者に**小山**が就任いたしました。

みなさま、

今後ともよろしくお願いいたします。