



能登北陸震災をきっかけに、あらためて「口腔ケア」が注目されています。
**口腔ケアが行き届かないとリスクが高まる
「誤嚥性肺炎」を防ぐために**
～高齢者に多い誤嚥性肺炎をはじめとする様々な疾患の予防にも役立つ「舌ブラシ」～

このたびの令和6年能登半島地震により犠牲となられた方々や、そのご家族の皆様にご挨拶申し上げますとともに、被災された皆様へ心よりお見舞い申し上げます。

舌ブラシのSHIKIEN株式会社では、口臭予防のみならず、災害時の避難生活における健康問題としても取り沙汰されている「誤嚥性肺炎」の日頃の舌ブラシでの口腔ケアを提案しています。

誤嚥性肺炎とは

本来食道に運ばれるはずの飲食物や唾液などが気管に入り込んでしまうことで生じる肺炎が「誤嚥性肺炎」です。加齢により飲み込む機能が弱くなる高齢者に多くみられる疾患で、口腔ケアが行き届かず口の中が不衛生となり細菌が繁殖することでも誤嚥性肺炎のリスクを高めると言われています。

阪神淡路大震災や東日本大震災などの大規模な災害時では、厳しい避難所での生活を余儀なくされる中で口腔状態が悪化し、誤嚥性肺炎を発症し死亡するケースが多く報告され、問題視されています。今年1月6日放送のテレビニュースでも令和6年1月1日に発生した能登半島地震を受け、災害時の口腔ケアの大切さについて専門家の意見を交えて伝えられるなど、誤嚥性肺炎を防ぐ対策として口腔ケアの重要性が叫ばれています。

様々な疾患予防のために、日常的な口腔ケアが大切です。

口腔内には数百種類の細菌が生息し、5千億個以上の細菌が存在しています。食べカスをエサとする虫歯菌・歯槽膿漏菌・カンジタ菌・肺炎菌・緑膿菌などが生息し、これらの細菌が呼吸器疾患・心臓疾患・脳疾患・感染症・アレルギーなどの健康トラブルを引き起こすと言われています。私たちの口の中には免疫機能が備わっており、侵入する細菌やウイルスなどから体を守ってくれていますが、唾液の分泌量が減少する高齢者や、ストレスや過労で抵抗力が落ちた時などに口腔内の状態が悪化して免疫機能が低下すると、誤嚥性肺炎などの疾患や新型コロナウイルスやインフルエンザなどの感染症のリスクが高まってしまいます。

お口の中でも特に“舌”には舌苔(ぜったい)と呼ばれる白や黄色の苔状の汚れが付着しており、この舌苔は口臭や様々な疾患の原因となる“細菌のかたまり”です。ご自分や大切なご家族の健康を守り維持するためには、舌苔を除去して舌表面を清潔に保つ口腔ケアを日常的に行い、免疫力を高めておくことが大切なのです。



口腔ケアに「舌ブラシ」による舌磨きをおすすめします。



SHIKIENの舌ブラシは、新潟大学大学院医歯学総合研究科との共同研究により誕生した舌専用の舌磨きスモージーです。舌の微細構造に対して歯ブラシでは取り除きにくい食べカスや舌苔を効果的に除去するために設計されています。舌をなでる様にやさしく磨くだけで驚くほど汚れがよく落ち、お手入れも簡単です。口臭予防だけでなく、誤嚥性肺炎の予防対策など、全身の健康管理にも役立つ「舌ブラシ」での口腔ケアを習慣化してみませんか？

災害時の口腔ケアとして

被災地で口腔ケアをする上で、水の確保が困難な状況でも舌ブラシW-1シリーズは、少量の水をブラシに含ませて舌をなでる様にみがかうことで、汚れをブラシが絡め取ってくれます。その汚れをティッシュなどでふきとり、ブラシは少量の水で洗うことができるので、一回のうがいで済ませることができます。