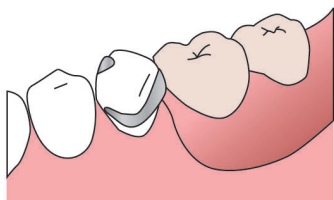


## 入れ歯選びで、日常の快適さが変わる!

入れ歯には様々なタイプがあります。壊れたり合わなくなって作り直す際は、参考にしてください。

### 保険適用の入れ歯

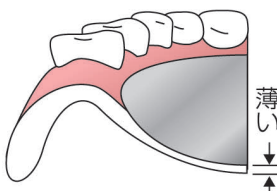


基本的にお口の状態に合わせて、どのような入れ歯でも作ることができます。入れ歯本体は、レジン(プラスチック)で作られており、部分入れ歯の場合は必ず固定する金属のバネがついてきます。日常生活に支障がないように行う治療のため、見た目や耐久性・快適さは劣ります。

### 自費診療の様々な入れ歯

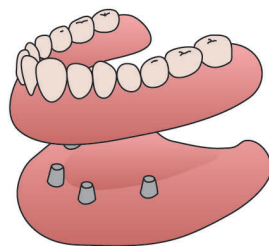
#### 金属床義歯

入れ歯の床の部分を金属にした入れ歯です。保険適用の入れ歯よりも薄くできるので、違和感が少なく熱が伝わりやすいのが利点です。



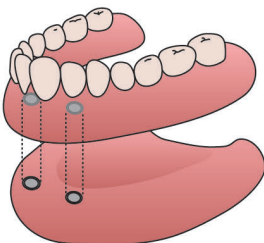
#### インプラント併用義歯

インプラントを顎の骨に数本埋め込み、入れ歯を固定するのでしっかり噛めます。



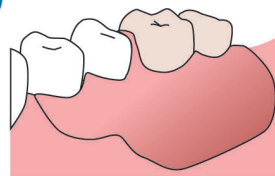
#### マグネット義歯

残っている歯と入れ歯に磁石を埋め込み、その磁石の力で入れ歯を安定させます。



#### ノンクラスプ義歯

金属を一切使わない部分入れ歯です。見た目もよく軽くやわらかい素材でできており、装着時の違和感が少ないのが特徴です。



他にも様々なタイプの入れ歯があります。

### 健康・マメ知識

## 気をつけよう 誤嚥性肺炎

ごえんせいはいえん

### 誤嚥とは?

飲食物や唾液が、口、のど、食道、胃へと送る働きのことを「嚥下(えんげ)」といいます。誤嚥とは過った「嚥下」のことで、飲食物や唾液が気管から肺へと入ることをいいます。これは肺炎や窒息の原因となります。

### 誤嚥性肺炎とは?

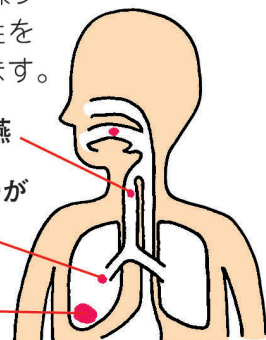
誤嚥により肺に流れ込んだ細菌が原因で起こる肺炎のことです。高齢者の肺炎の70%以上が誤嚥に関係しているともいわれています。繰り返しやすいため、抗菌薬に耐性を示すことから治療が難しくなります。

肺炎は日本人の死亡原因の第3位ですが90歳以上では第2位になっています。

飲食物を誤嚥

誤嚥したものが肺に入る

炎症を起こし肺炎になる



### 予防 1 口の中を清潔に

歯磨きやうがいなどで口の中(歯・歯肉・舌・入れ歯など)を清潔に保つことで肺に入ってしまう菌を少なくします。

### 予防 2 むせやすい飲食物を知る

一般的に固形物より液体の方がむせやすく、味噌汁やお茶漬けなどの固形物と液体の混合が特にむせやすいようです。液体は適度にとろみをつけ、固形物は柔らかく食べやすい大きさにしましょう。

### 予防 3 焦らず、ゆっくり

1食に20~30分くらいかけ、一口の量を少なめにし、しっかり飲み込んでから次の一口を入れるように。寝たきりの方は、できるだけ上体を起こすようにし、食後は可能ならば2時間程起きるようにしましょう。

### 予防 4 観察

原因不明の熱が出る、食事中や食後に咳や痰が増える場合は誤嚥性肺炎の注意信号です。お医者さんに相談しましょう。