

## ※豆知識(誤嚥性肺炎の方の介護について)※

高齢の方に多い病気の一つに「誤嚥性肺炎」というものがあります。誤嚥性肺炎は、食事などの際にむせ込んでしまい、気管に食べ物や唾液などが流れ込んで肺炎になってしまう病気です。

高齢の方の多くは、飲み込む力が弱くなり、むせ込むことが多くなります。そのような場合に、食べ物を柔らかくしたり、とろみをつけて飲み込みしやすい状態にする必要があります。むせやすい食べ物に、酢の物やみそ汁、麺類などがあり、このような食べ物を食べる際には、特に注意が必要です。

また、この誤嚥性肺炎は高齢の方の死亡原因にもなっており、介護場面では、誤嚥性肺炎を予防するために正しい食事姿勢をとることが重要とされています。

正しい食事姿勢とは、椅子に深く座り、足の裏がしっかり床についていることです。また、テーブルは座って肘が乗る高さが適切な高さとなります。なるべく背もたれにもたれずに少し前かがみになるようにするとむせ込みは軽減され、安全に食事をすることができます。

【介護アドバイザー 湯浅美佐子】

大阪公立大学、大阪教育大学、和歌山大学、積水ハウス株式会社が共同で  
「介護相談窓口」開設！

場 所:大阪公立大学杉本キャンパス 1号館1階  
女性研究者支援センター(研究推進課分室)  
(大阪市住吉区杉本3-3-138)

利用対象:連携機関の研究者、大学院生等

メール:[gr-knky-f-soudan@omu.ac.jp](mailto:gr-knky-f-soudan@omu.ac.jp)

電 話:06-6605-3455

相談窓口HP:<http://www.wlb.osaka-cu.ac.jp/effort/assistance-service/>

※個別の相談には予約が必要です。まずはお電話またはメールにて  
お問合せ・ご予約ください。相談は面談やお電話、メールで対応します。  
(Zoomによるオンライン相談も可能です。)

ホームページを公開中  
<https://diversity-oows.jp/>

介護相談室利用可能日

時間:各日10:00~16:00

2024年

2月15日(木)、2月22日(木)

3月14日(木)、3月28日(木)

※3月28日(木)をもちまして「介護相談窓口」を終了します。

次回は、3月初旬に発行します。