令和５年３月１日発行

誠心訪問看護 リハビリステーション 福岡南 通信 Vol.11

暦の上では啓蟄を過ぎ、虫や草花の様子にも春の感情が感じられるころとなりました。
皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。
今月も看護、リハビリ共に一生懸命頑張ってまいりますので
よろしくお願いいたします。

誤嚥性肺炎について

誤嚥性肺炎

誤嚥性肺炎とは

食事、飲み物、唾液、また嘔吐、逆流性食道炎などの胃内容物が逆流し、飲みこんだものが食道に入らず、誤って気管に入ってしまい、肺炎を起こした状態。

咳き込んだ？？
高い熱がでた？？

原因
- 飲み込む力が落ちた
- 口の中の細菌が肺で増える

症状
- 熱、咳、喀痰
  （症状がなく元気がない、いつもと様子が違うということも）
- むせ込む、食事に時間がかかる、痰が汚い色をしている

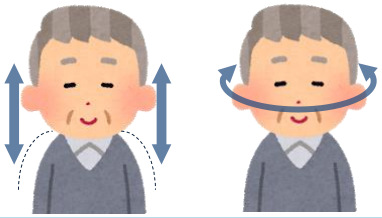
経過
- 何度も誤嚥を繰り返しやすい
- 呼吸不全におちいる可能性あり

予防対策を行いましょう

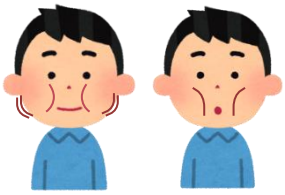
■『嚥下（えんげ）障害予防体操』

飲み込むための顔や頸部の筋肉を動かしやすくし、唾液の分泌を促す。

肩や首の体操



頬の体操



■食べる前に『パ・タ・カ・ラ体操』

４つの音を発することで、咀嚼(そしゃく）や食べ物を飲み込む嚥下の機能回復に役立つ。
食事前に、「パ」「タ」「カ」「ラ」「パタカラ」「パタカラ」・・・
と５回繰り返しましょう。

■『口腔ケア』

お口の中を清潔にすることで肺炎を予防し、おいしく食事することが出来る。

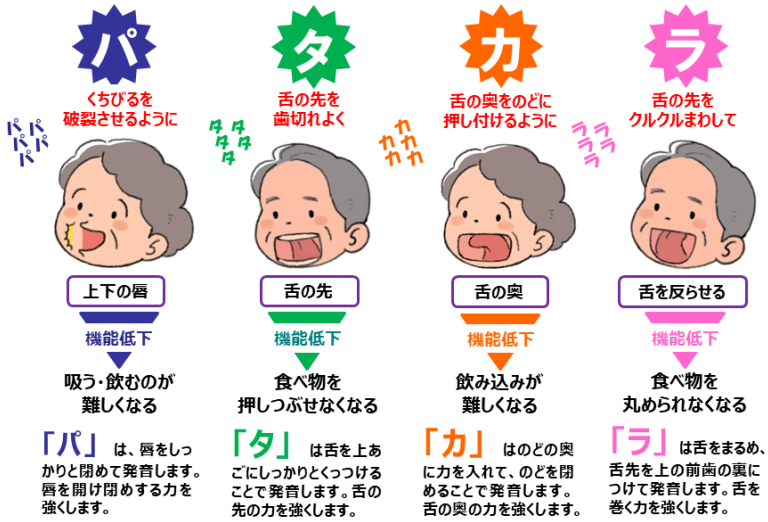
■『正しい姿勢で座りましょう』

正しい姿勢をとることで、飲み込みやすく、誤嚥を予防することができます。

パタカラ体操をもう少し詳しく・・・

お口の周りと舌の筋機低下を予防する体操

－ 新生活習慣！食前に行いましょう！ －



- 「パ」は口を閉じる力
- 「タ」は押しつぶす力
- 「カ」は誤嚥せず飲み込む力
- 「ラ」は丸める力

当ステーションには言語聴覚士も常勤していますので何かあればお気軽にご連絡お待ちしております！

スタッフ紹介

看護師

林田　拓也　です

私はこれまで救命救急センター、救急総合診療科病棟の経験をしてきました。これまで培ってきた知識と経験を活かして、ご利用者様やご家族様が馴染みの自宅や地域で不安なく安心して生活できるよう最高のケアを提供し、さまざまな問題に対して一緒に悩み、解決していけるように最善のサポートをしていきます。よろしくお願いいたします。

私はこれまで脳神経外科で経験を積んできました。
訪問看護師として働くのは初めてですが、今までの経験を活かして利用者様・ご家族様の生活を大切にし、心地よさや安心感のある看護を提供して参りたいと思います。
どうぞよろしくお願いいたします。

看護師

永野　早綾　です

理学療法士

石田　雅大　です

私は理学療法士として回復期、訪問リハビリを経験してきました。多くの方を担当してきましたが、その時の経験から技術だけでなく患者様やご家族とのコミュニケーションを大切にしたケアを意識しています。
まだまだ未熟ですが、どうぞよろしくお願いいたします。

3 月より入職させて頂くことになりました。急性期・回復期病院での経験を活かし、利用者様の人生のお力添えできるよう尽力させて頂きますので、何卒よろしくお願い致します。

作業療法士

角友　幸弘　です

誠心訪問看護 リハビリステーション 福岡南

https://houmonkango-seishin.com/

〒811 - 1347
福岡市南区野多目 5 丁目 2 - 16 - 203 号

お電話はこちら
TEL：092-557-8865　　FAX：092-557-8872
営業時間：　24 時間対応しています

Instagram やってます！
お気軽にフォロー
お願いします！

@SEISHINMEDICAL