

古くから『かぜは万病のもと』

と言いつたが、現在でも高齢者の肺炎は直接死因の第一位であり、肺炎を中心とした気道感染の予防は、きわめて重大な課題となっています。

ただし、細菌・ウイルスなどによる肺炎は、市中肺炎あるいは院内肺炎と、誤嚥性肺炎の二つに分けて、その対策を考えなければなりません。

まず、市中肺炎・院内肺炎の代表的なものとしては、インフルエンザ菌による肺炎があります。

このインフルエンザ肺炎について考えると、「感染源」対策としては、いわゆる流行状況の調査と罹患者の隔離措置を行います。「感染経路」対策は、マスク着用による空気感染の遮蔽と、うがいによる上気道に付着した微生物の除去が有効です。「感受性宿主」対策としては、近年ワクチン接種が目ざれています。

一方、誤嚥性肺炎は、市中肺炎・院内肺炎と大きく異なる点があります。インフルエンザ肺炎は、「感染源」と「感受性宿主」が別個のもので、その間に「感染経路」があります。誤嚥性肺炎は同じ個体内で起こる、いわゆる内因性の感染といえることができます。

## 『介護予防』の考え方④

### 高齢者の気道感染予防

誤嚥性肺炎は、口腔内の細菌を無意識のうちに飲み込んでしまう（不顕性誤嚥）ことにより、肺炎を発症します。つまり、「かぜをひかない」、「インフルエンザにかからない」などの注意をしていますが、予防しにくいのが誤嚥性肺炎です。

誤嚥性肺炎は、口腔内の細菌を無意識のうちに飲み込んでしまう（不顕性誤嚥）ことにより、肺炎を発症します。つまり、「かぜをひかない」、「インフルエンザにかからない」などの注意をしていますが、予防しにくいのが誤嚥性肺炎です。

誤嚥性肺炎の予防法は、「感染源」対策としては、口腔咽頭細菌叢（口と、のどに常在する細菌のかたまり）のコントロールです。「感染経路」については誤嚥自体の予防が、「感受性宿主」対策は免疫能の回復、すなわち抵抗力の増強が必要です。

しかし、要介護度が高くなればなるほど、「感染経路」と「感受性宿主」への対策が難しくなるので、主に「感染源」対策としての口腔咽頭細菌叢のコントロール、すなわち「口腔ケア」が重要となります。

このような重要性にもかかわらず、在宅寝たきり者でも、介護施設入所者でも「口腔ケア」があまり実行されていないようです。目に見える清潔対策として入浴や全身清拭には熱心でも、口の中はなおざりにされているので、肺炎予防のためにも、ぜひ「口腔ケア」の励行をお勧めします。

#### 高齢者の気道感染の予防対策

##### ●インフルエンザ肺炎

- 感染源：病室隔離など
- 感染経路：マスク・うがい
- 感受性宿主：ワクチン接種

##### ●誤嚥性肺炎

- 感染源：口腔咽頭細菌叢のコントロール
- 感染経路：誤嚥の予防
- 感受性宿主：免疫能の回復

徳島県歯科医師会

口腔ケア支援センター

担当理事 佐藤 修斎

(088) 631-3977