

# 今月の福祉

多久市地域包括支援センター（おたっしや本舗多久）は高齢者のみなさんが、住み慣れた多久市でいつまでも元気で安心して暮らしていただけるように高齢者の生活をあらゆる面から応援する総合相談機関です。

生活の中で「困ったなあ」「どうしよう」と思うことがあったら、まずご相談ください。

多久市地域包括支援センター  
（多久市役所 福祉課内）

☎ 75-6033

いつまでも元気で長生きを  
No.4

## 高齢者に多い病気とその対策

歳を重ねてくると若い頃に比べ、からだの状態が大きく変わってくるため、同じ病気でも症状の出方が違ってきます。たいした症状とは思えなくても、それが大きな前ぶれの場合もあります。からだの調子が悪くても「年のせい」と軽く考えるのではなく、病気には早め早めに対処しましょう。



気をつけて！

はい えん  
**肺炎**

あえぐような呼吸や胸の痛みに、  
注意が必要です

肺が炎症を起こす病気です。体力の落ちている高齢者の場合、かぜをこじらせたり、ウイルスや細菌に感染して起こります。



ごえん

**誤嚥性肺炎**：口の中の雑菌を含んだ食べ物が口から肺へ入ることにより起こる肺炎や、胃の内容物が逆流して気管から肺へ流れ込む現象によって引き起こされる肺炎の総称。

どんな症状が現われるの？

「発熱」「せき」「色のついたたん」「胸の痛み」「あえぐような呼吸」といった症状が典型的です。しかし高齢者の場合、こうした症状が見られないことも多いので、注意が必要です。食欲がない、ぼんやりする、元気が出ない、舌や皮膚が乾くなどの症状が出たら、すぐに医師に相談しましょう。

診療科はどこの？

・内科、呼吸器科を受診してください。

治療の方法は？

抗生物質を中心に、たんを  
除く薬や気管支を広げる薬  
が投与されます。また、  
食事などで栄養、水分  
も補給し、基礎体力を  
高めます。



ここに注意

かぜやインフルエンザなどの感染症だけでなく、食べ物の一部や、つば、たんなどが病原菌と一緒に誤って気管に入ること  
で起こる「誤嚥性肺炎」にも注意が必要です。

誤嚥性肺炎を予防するためには、うがいや歯磨き、入れ歯の  
清掃、口の中の粘膜や舌を清潔に保つことが大切です。歯科医  
師などに指導を受け、やり方を覚えましょう。