



山田歯科通信



～健康から人と社会を元気にする～

山田歯科クリニック TEL0467-82-1180

発行人:TC 岩崎晶子 Vol.16 2014年4月発行

舌の力 測定してみませんか？

舌の力(舌圧)は **摂食・嚥下機能** と深く関係しています。



舌圧の低い人は、食事の際にむせるなどして食べ物をうまく摂取できず、結果として体内に栄養を十分取り入れることができないため、低栄養に陥ってしまうことや誤嚥性肺炎の原因になることもあります。

次のようなことが増えたら、嚥下障害を疑ってみましょう



- ☆ 食事中によくむせる
- ☆ 以前はむせなかったのに、時々むせるようになった
- ☆ 食べ物がのどにつかえる感じがする
- ☆ むせやすい食べ物を避けている
- ☆ 食べ物をお茶や味噌汁などで飲み込むことが多い
- ☆ 飲み込んだ後も口の中に食べ物が残っている



摂食嚥下に必要な舌圧は **20 kPa** とされています

こちらの用具で
トレーニングを行
うことにより改善
が



JMS舌圧測定器

舌圧の目安(試算)

成人男性(20~59歳)	35~
成人女性(20~59歳)	30~
60歳代(60~69歳)	30は欲しい
70歳以上高齢者	20は必要

(kPa)

←こちらの測定器を使用します。
1回1000円(税別)です。

詳しくはスタッフまで♪

卒業しました！



花沢歯科医師が3月を以って退職いたしました。
水曜日と土曜日のみの勤務でしたが、優しい雰囲気到老若男女から人気がありました。

【花沢先生からのメッセージ】

3年間大変お世話になりました。口の中と全身、生活習慣、細菌
との関わりについて学ぶことができた貴重な期間でした。
そして、大切な出会いの数々に感謝しております。

茅ヶ崎お花見スポット

関東や甲信地方では、晩秋は平年並みの冷え込みとなり、春先は寒さが長引きました。しかしこの先は暖かい日が多く、開花日はほぼ平年並みになりました。茅ヶ崎市内にも桜の名所があります。いくつかご紹介させていただきます。

<中央公園> 市内で有名なお花見スポット。園内や北側歩道など、公園周辺にはヤマザクラやソメイヨシノなど約150本の桜が咲きます。↓**浄見寺 旧和田家**

<浄見寺> 大岡家代々の菩提寺として知られています。お寺周辺に桜が咲き乱れます。

<国指定史跡旧相模川橋脚>

相模川旧橋脚を囲むように、桜が咲きます。

春を感じにお花巡りしてみませんか♪

