太田東西かわら版　２０１８．１

「肺炎」で死なないで！

写真は１２月２０日、薬局が定休日の水曜日。父親の姿です。
前夜、母親から電話がありました。
「意識がもうろうとしていて、動けなくなった。もうダメかも」
（あまりにも危機感迫った顔なのでモザイクかけています）

早朝、急いで実家に駆けつけてみると、見るからに状態は良くありません。
持参した血流計と酸素濃度測定器の結果次第で病院に搬送しようと思い
測定してみると・・・・意外に血圧・酸素濃度ともによかった。
しばらく様子を見ることにしました。

その間、まずしたことは、父に「入れ歯」を装着させることでした。
入れ歯を外した顔は精気も感じられず、漢方も飲めません。

父親は５０代から総入れ歯でした。
若い頃からアルコール大好きで、飲んで酔った後、そのまま寝ていました。
結果、歯周病と昭和時代の「削る・抜く」の歯科治療ですべての歯を失いました。

その入れ歯がヒントになって、ピン！と来ました。
「ひょっとして、父親は肺炎ではないか？」と。
しかし、咳や痰はありません。

毎日記録している血圧手帳を見ると、血圧は正常でしたが、数ヶ月前からずっと
「頻脈」状態でした。頻脈とは心拍数がおよそ９０以上ある状態です。
通常の心拍数は７０前後ですが、運動後や食後でもないのに頻脈傾向なのは
何か体調に問題がある証拠です。
聞けば数週間前から、体温も３７度前半で微熱傾向だったとのこと。

「頻脈・微熱は感染症・炎症の症状」だと確信しました。

そして父には、何度も何度もずっと前から

「口呼吸やめなさい」と注意してきました。

右の写真のように無意識に口を開けています。
ポカ～～ンと口を開けている姿は
健康に良くないし、何よりみっともない（＞＜）
しかし、本人からは「その顔」が見えない（笑）
結果、鼻呼吸よりも口呼吸が楽になっている習慣は
なかなか治りませんでした。

さらには

「よく噛まない」「飲み込む」「食事中はテレビと対面」「口呼吸」

若い時からのこうした悪い習慣がクセとなって、６０代からはずっと入退院を
繰り返す病気ばかりしていました。（太田東西薬局がなかったら、とっくに死んでいました）

目立った咳や痰は無くても頻脈と微熱は、肺炎の症状。それを裏付ける習慣が
「食事」と「呼吸」にある。医師にわからないことでも、私にはわかります。
息子は父親のそうした生活習慣とクセを、ずっと見て来ていますから。

実際、往診に来てくださった医師から「血液検査では重篤なデータは今現在出ていない」と言われました。
やはり多臓器不全などではなく、血液検査にも出ない長期間の慢性炎症の結果、一気にガクッと来た症状だと判断しました。

「自業自得だぞ！」と言いたいところをグッと抑え・・・再び生還させるための漢方を飲ませて、口の中を徹底的にきれいにしてあげました。

３日後の天皇誕生日の祝日、実家に駆けつけると
寝たきりで何も食べられなかった父親が
何事もなかったかのように
イチゴをほおばっていました・・・・

もはや棺桶に“片足半”突っ込んでいた父。
真っ青になって看病に当たった家族の心配をよそに
真っ赤なイチゴを、ですね・・・・(泣)

長期間の慢性炎症とは何か？　これがいわゆる
「誤嚥性（ごえんせい）肺炎」と呼ばれるものです。

それは「むせたり」することだけではありません。食べ物が食道（胃）ではなく気道（気管）に入る誤嚥よりも危険なのが、**就寝中の誤嚥**です！
むせたりする食事中の誤嚥を**顕性誤嚥**、一方で本人も家族も無意識無自覚に起こる誤嚥を**不顕性誤嚥**と呼びます。
肺炎のうち、飲食物が３割、不衛生な唾液の誤嚥が７割と言われています。

特に父のように高齢者（７９）で、持病がある（肝硬変、心臓病、腸閉塞）場合、免疫力も低下している中で不顕性誤嚥を続けていると、ある時、急にガクッと来る。
つまり、死にかける！

日本人の死因の１位はがん、２位が心臓病、そして３位が肺炎です。
高齢者、特に介護を受けている人の最期は、もともとの疾患ではなく食べ物や唾液が誤って気管に入る誤嚥性肺炎で亡くなるケースが目立っています。

「早食い、口呼吸、不衛生な口や歯で、致命的になるなんて・・・」

はい、それを私の父親が、“身を持って”“自ら実験台となって”皆さんにお伝えした今回の事件だったということですね！（笑）

待合室のこのコーナーの商品。
実はとっても重要なんですよ。

＜歯磨き粉とスプレー＞

＜口テープ＞

＜鼻うがい洗浄液＞

どうして口の中が不衛生な状態のままかと言えば、

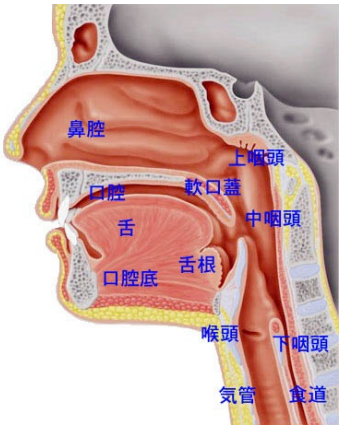
「就寝前のオーラルケア」の重要性に無知！だからでしょう。

特に就寝中の口呼吸の習慣は、口腔内の細菌・ウイルス感染を加速させます。
平たく言えば、空気中のバイ菌に向かって、のどちんこが「この指止まれ～！」と集合をかけているようなもの。だから、口呼吸をしないように、口テープをして寝ることを、もう１５年以上前からお勧めしています。

口呼吸で寝ている人は、いびきをかく、唇が乾燥している、起床時にいつも喉がいがらっぽい、かすれ声、朝の洗面時に痰を大声で吐き出す・・・など。
鼻炎、ぜんそく、アトピーといったアレルギーも口呼吸が関係しています。

オーラルピースという歯磨き・スプレーは、もともと誤嚥性肺炎予防と改善につくられた逸品です。ちまたにある殺菌剤の歯磨き・うがいスプレーではなく口の中の善玉菌は殺菌せず、腸内フローラならぬ口腔内フローラを善玉優位にする天然由来の歯磨き剤です。安売りの歯磨き粉を使っていた父同様、「お口の中にはお金をかけない」という日本人が実に多いですね。**「口は災いの元」**なのに・・・

そして昨年の秋、病巣感染学会で見つけた逸品が「MSM プレフィア」という鼻洗浄液です。正しくは、上咽頭（じょういんとう）洗浄液。
右図のように、通常のうがいでは届かない場所が上咽頭です。
「上咽頭の慢性感染と炎症」も病気を誘発させます。



太田東西薬局の賢い健康観の高いお客様は
オーラルピースで口腔内を清潔に保つ！
MSM プレフィアで上咽頭の感染炎症を防ぐ！
口テープをして消灯！しましょうね。

父親は７９年生きて来て、誤嚥性肺炎で死にかけて
「オーラルケア」「上咽頭ケア」に、やっと目覚めたのでした！（笑）