

第 12 回生野区介護家族ゆとりの会研修—飲みこむ力、嚥下力の大切さ。

「1 日何回呼吸してますか？何回ごっくんしてますか？一呼吸 14400 回。

ごっくんは 1000 回。反射なので意識しないんです。飲み物飲んで動いているところが、喉頭。死因の 7 割は誤嚥性肺炎、右の肺に入りやすい。ワクチンは効きません。」

「食べ物は分解されて身に付くので、グルコサミンやコンドロイチンがそのまま身につきません。」

神鋼記念病院、生野区生まれの浦長瀬先生。

