

認知症って予防できるの？

「予防」の意味は、辞書によると”悪い事態の起こらないように前もってふせぐこと”と書いてあります。

車を例にとれば交通事故を予防するため信号があったり、ガードレールがあったり、パンクはないか、ブレーキは大丈夫か、事故が起こらないように手入れをしています。

それでも事故があったり故障したりするものです。予防に絶対はありません。それでもいろいろな予防を重ねることで悪い事態を遠ざけることができることもあります。

また、予防が上手くできたとしても、大事に使った新車は私たちに沢山の豊かさを残し、少しずつ傷んで行きます。それでも今を大事にし、手入れを怠らなければまだまだ豊かな生活を提供してくれる車です。

たくさんの時代を経験したかけがえのない私たちの体。いろいろな予防を重ね、今を大事にこれからも楽しい時間を過ごすにはどうしたら良いか考えてみましょう！

予防の連鎖

予防に予防を重ねることを仮に連鎖と呼ぶと・・・

骨折を予防しよう! ◀ 転ばないようにしよう ▶ 滑らない靴を履こう ▶ 床の凹凸をなくそう ▶ 手すりをつけよう ▶ 外に出ないようにしよう

すると今度は ▶ 筋力が衰える ▶ 日光を浴びない ▶ 骨粗しょう症となる可能性など

極端な例ですが、一つを突き詰めた予防は他の良くない事の引き金になることもあります。

※バランスの良い予防やケアが重要です。

新オレンジプラン

国が策定し推進している、新オレンジプラン(認知症施策推進総合戦略)では、地域や学校、病院や介護施設など社会全体で、認知症になっても、ご高齢になっても暮らしやすい社会づくりと、医療や介護の提供やその研究をしています。

?!?お口が一番大事?!?

お口が元気でないと、食べられなくてお腹がすきます!

お口が元気でないと、おしゃべりできなくて楽しくない!

私たちは歯科医院ですので、お口の健康が一番大事と言

います。内科の先生

は血圧が大事、耳鼻

科の先生は聞こえる

ことが大事とおっしゃ

るかも知れません。

みんな大事だと思います。

私たちは、口腔機能の低下(オーラルフレイル)を予防し、

お歳を重ねても楽しい日々が送れるようご支援させていただいております。口腔機能が低下すると、食べることは

もちろん、脳や目、耳、表情など多くの刺激が少なくなり

社会との交流や参加が減少し、やがて認知機能へ影響す

るものと考えています。



訪問歯科診療では、歯医者さんと
歯科衛生士さんが皆さまのお部屋
や施設の決められた場所で歯の治
療やお口のケアを行います。

訪問歯科診療で 食べられる歯を 笑えるお口を

訪問歯科診療は各種保険適用です

東京都足立区竹の塚3-5-5

医療法人社団幸望会 ハーモニー歯科

電話 03(5851)7640

