

ストップ! 肺炎!

高齢者(70歳以上)の死亡原因の第1位は肺炎!

肺炎球菌ワクチン
口腔ケア

STOP!



ワクチン接種と口腔ケアで 肺炎の予防と重症化を防ぎましょう!

1. ワクチン接種

ワクチンの接種で肺炎やインフルエンザの重症化を防ぎます。

2. 口腔ケア

ブラシ等を用いて口腔内の汚れを落とし、誤嚥性肺炎を予防しましょう。

3. 禁煙

禁煙は肺炎など病気のリスクを下げます。

4. 栄養バランス

歯や入れ歯の調子を整え、バランスのとれた食事を心がけましょう。