

年末のご挨拶



こんにちは。すこやか歯科クリニックの山田です。

新型コロナウイルスの感染拡大防止の掛け声とともに明けた2021年も、残すところあとわずかとなりました。2021年は皆さまにとって、どのような年だったのでしょうか？新年を新たな気持ちで迎えるためにも、お口の年越しの準備をしておきましょう！

年越しの前に早めの健診を！

年末年始はクリスマスにお正月と、普段以上に食事を楽しめるイベントが目白押しです。食事を安全に楽しむためにも、お口の健康は大切です。早めの検診で、治療が必要な所はないかをしっかりとチェックし、問題があるときには対処して、楽しい年末年始をお迎えください。



緊急対応を知っておこう！

食事を特別なイベントとして楽しむことの多い年末年始。一方で、食事による窒息事故が起こりやすいのもこの時期です。窒息が疑われるときの緊急時の対応方法を説明しましょう。

1. 口腔内の異物除去

- ご本人の顔を横に向け、指にハンカチやガーゼなどを巻きつけ口腔内の異物をかき出す



異物や舌を奥に押し込まないように注意してください。入れ歯は、可能なら外しましょう。（無理はしない）噛まれないように注意しましょう。

2. 背部叩打法（はいぶこうだほう）

- イスに座った状態でご本人の頭を下げ、胸の辺りに救護者の手を当てる
- 両方の肩甲骨の間を頭の方に向けて、手のひらで叩く



3. ハイムリック法

- 背後から正面に手を回して、へそのやや上、みぞおちの下辺りに握った拳の親指側を当て、その握り拳を、もう一方の手で上から包むようにして握る
- この体勢で両腕を素早く手前上方へ突き上げる
- これを数回くり返す



ハイムリック法は腹部の臓器を傷つけることがあります。拳を当てる位置を間違わないよう、気をつけてください。



もちろん、のどに物が詰まったときは、緊急対応を行うと同時に緊急搬送を依頼することも忘れないでください。

