



知っておきたい  
口腔ケアの  
知識

# 不顕性誤嚥に関する物質 サブスタンスP

## 「サブスタンスP」とは？

嚥下や咳の反射が正常に行われるよう、  
神経に働きかけてくれる物質です。

サブスタンスPが低下すると

### 不顕性誤嚥→肺炎

嚥下や咳の反射が正常にできなくなり、  
気が付かないうちに口の中の雑菌を含んだ  
唾液等を気管に誤嚥してしまう。

(不顕性誤嚥)

身体の症状が悪化したときに発症してしまう。



### 認知症

アルツハイマーを引き起こす物質が分解されずに蓄積し、  
アルツハイマー型認知症になりやすくなる可能性がある。

予防のために

### サブスタンスPを上昇させる

降圧剤にはサブスタンスPを上昇させる  
効果があります。また、唐辛子などに  
含まれるカプサイシンにサブスタンスP  
の分泌を活発にする効果があります。



### 口腔ケアで刺激をする

口腔ケアは不顕性誤嚥の予防につな  
がります。お口を清潔に保てるように、  
食後の歯磨きやうがいを忘れずに行い  
ましょう。

