



オーラルフレイルとは？

オーラルフレイルは、口腔機能の低下が進行することで、日常生活に支障をきたし、さらに健康リスクを高める状態を指します。オーラルフレイルは、加齢や生活習慣によって引き起こされることが多く、特に高齢者に見られます。放置すると、**低栄養状態**や**誤嚥性肺炎**のリスクが高まる可能性があります。



オーラルフレイル が続くと…
お口の 衰え・虚弱



オーラルフレイル
当てはまるものはありませんか？

- ① むせる・食べこぼす
- ② 食欲がない・少しづか食べられない
- ③ 柔らかいものばかり食べる
- ④ 滑舌が悪い・舌が回らない
- ⑤ お口が乾く・ニオイが気になる
- ⑥ 自分の歯が少ない、あごの力が弱い



口に関する
ささいな衰えが
積み重なると…



オーラルフレイル
フレイル
病気