



## 口腔ケアが命を救う

インフルエンザ等の感染症予防には口腔ケアが効果的であることが注目されていますが、新型コロナウイルスの予防や重症化を軽減させることにも有効である可能性が報告されています。

### コロナに負けないための口腔ケア

なぜ口腔ケアが必要なのか?それは歯周病菌が引き起こす、様々な弊害があげられます。

#### 歯周病菌による弊害

- ① 新型コロナが細胞に侵入するために必要な **糖たんぱくを活性化**
- ② 新型コロナを体の中に取り込みやすくする **酵素を出す**
- ③ 呼吸器官の感染症、免疫力アップに重要な **ビタミンCを消費する**

※高齢者施設において、歯科衛生士による口腔ケアを行ったところ、要介護者の唾液中のプロテアーゼを減少させることで、インフルエンザのリスクを減少させる報告もできています。(参照:歯科学報106(2):75-80 インフルエンザウイルス感染と細菌性プロテアーゼ)

### 免疫力アップと共に継続的な口腔ケアが効果的です!

免疫力アップ



歯周病予防のための口腔ケア

セルフケア



プロのケア



口腔ケアで細菌の数を減らし、感染のリスクを抑えましょう

Point!

新型コロナウイルスの感染予防・重症化を防ぐためには口腔ケアが大いに期待されています。  
今こそ口腔ケアでウイルスに負けない口腔環境を整えませんか?



## KOMIYA DENTAL ☆ NEWS LETTER

2022  
8

じりじりと照りつける8月、温室にいるような息苦しさも感じる暑さですが、今年は節電の夏、協力意識の高い日本。どこへ行ってもエアコンの設定温度が高めになっている気がいたします。ビルの中などへ涼を求めて入ったりしますが、例年より暑く感じませんか?

この様に暑いと脱水症や熱中症に注意しないとなりませんので、くれぐれも水分摂取を心がけて下さい。そして摂取する水分などの種類に十分気を付けて下さい。急激にスポーツ飲料などを摂取すると血中内の糖分が急激に高くなり血管を痛めてしまう事がありますので、成分表を読んで体のため歯のために「砂糖や果糖ブドウ糖液」などが含まれていない麦茶やお水を摂取するようにしましょう。また、スポーツ飲料でも、糖分ゼロという清涼飲料水もありますので、是非ドラッグストアなどで探してみてください。

そして8月24日は何の日でしょう? 語呂合わせですが「歯ブラシの日」です。毛先がひらいて摩耗していたら交換のタイミングです。個人差はありますが大体1か月位が交換の目安と言われております。当院では、安くてコンパクトでとても使いやすい歯ブラシをご用意しております。このタイミングで交換してみてもいかがでしょうか。

夏が過ぎると年末まであっという間です。一日一日を大切にしましょう!(ミ)

毎月保険証の提示にご協力頂きありがとうございます。  
このニュースレターは当院のオリジナルで毎月発行しています。



☎ 03-5699-8888

〒125-0041

葛飾区東金町1-45-2 ハヤシ駅前ビル2F

インターネット予約確認サービス >> <https://dn2.dent-sys.net/komiya>

ホームページ >> <http://www.wahaha.gr.jp>

E-Mail >> [dental@wahaha.gr.jp](mailto:dental@wahaha.gr.jp)