

# “究極の防御” 口腔健康管理で免疫力アップ!

お口の健康は感染症予防や全身の健康に繋がります。口腔ケアはむし歯や歯周病を予防するだけでなく、感染症を予防し全身の免疫力向上には欠かせません。自己判断による歯科治療や口腔管理の中断や延期は重症化を招き、健康を害する危険性もあります。

是非、かかりつけ歯科医に相談してください。

〈特に以下に注意して下さい〉

- ◎痛みや腫れなどの緊急性のある治療。食事がとれない状態が続けば免疫力の低下を起こします。
- ◎継続的に口腔管理をされている方が必要な治療を受けられないと口腔環境の悪化や免疫力の低下からウイルス感染による肺炎の重篤化に繋がる恐れがあります。
- ◎高齢者の方や介護施設、在宅等で定期的な口腔ケア受けられない方は、誤嚥性肺炎などを併発し肺炎重症化のリスクを高めます。

これまでに新型コロナウイルスが歯科診療により患者様へ感染した報告はありません。今後も、感染予防策を徹底し安心・安全な歯科医療を提供するため、より一層の努力をして参ります。

## お口から始める新しい生活様式



感染症対策や  
誤嚥性肺炎予防のためには  
口腔ケアと  
お口の機能向上トレーニング  
単体操として  
「お口のさわやか  
エクササイズ」→



就寝前・起床後すぐは  
念入りに歯みがき  
「舌みがき」で  
お口スッキリ  
食後の歯みがきも忘れずに



自粛による生活習慣の  
違いやストレスから  
歯周病が自覚なく進みます  
かかりつけ歯科医で  
定期健診を



長い休みの間に  
食生活がみだれ  
お口のケアも  
おろそかになっていませんか  
規則正しい生活を



一般社団法人 愛知県歯科医師会  
<http://www.aichi8020.net>

