

口腔ケアでウイルス感染予防

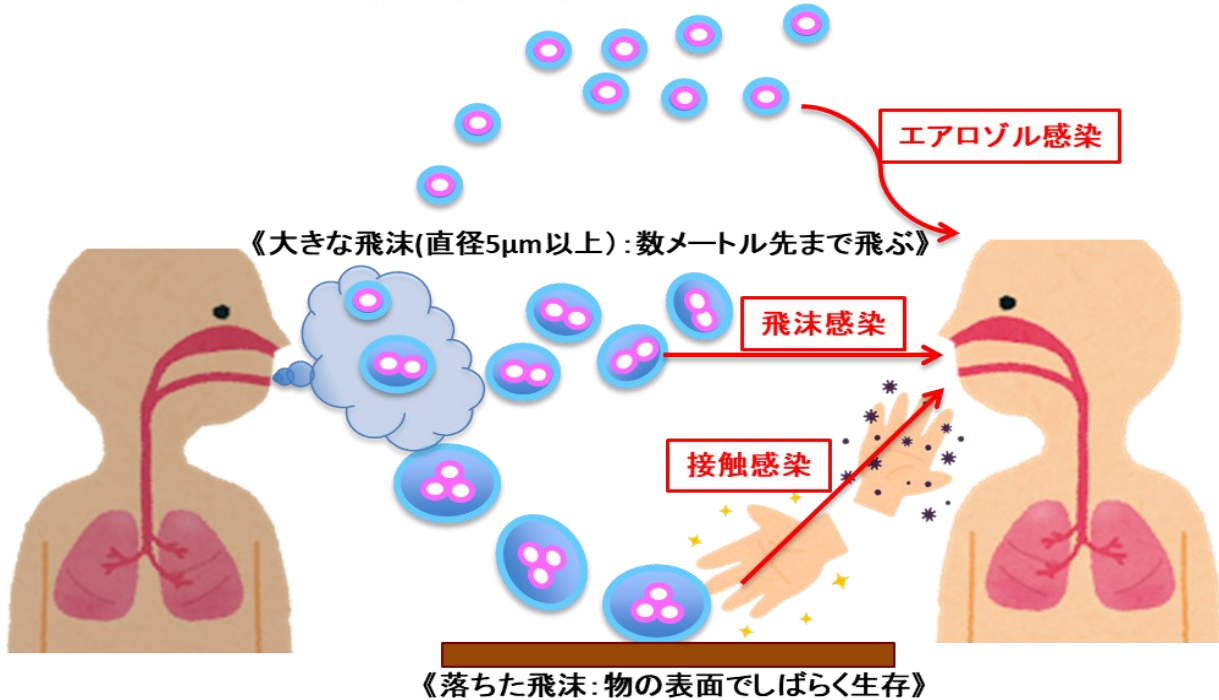
新型コロナウイルスの感染経路

世界中で猛威を振るっている新型コロナウイルスの感染経路は、飛沫感染と接触感染が考えられています。咳やくしゃみなどを浴びることによる飛沫感染に加え、身の回りの物の表面に付着したウイルスが手指を介して目、鼻、口の粘膜から感染すると考えられています。さらに感染者と密閉空間にいることで飛沫核と同程度の大きさのエアロゾルによって感染が起こる可能性もあります。今回は、口の粘膜からのウイルス感染予防について勉強してみましょう。

歯科矯正歯科 医師・宮下俊郎

《コロナウイルス感染経路》

《小さな飛沫(直径5 μ m以下):閉鎖空間でしばらく空中を漂う》



接触感染

皮膚や粘膜の直接的な接触、手、ドアノブ、手すりなどの表面を介して病原体が付着することによる感染。



飛沫感染

咳やくしゃみ、会話により飛んだつばなどに含まれる病原体を吸入することによる感染。飛沫は水分を含むため1-2m程の距離まで届く。



1

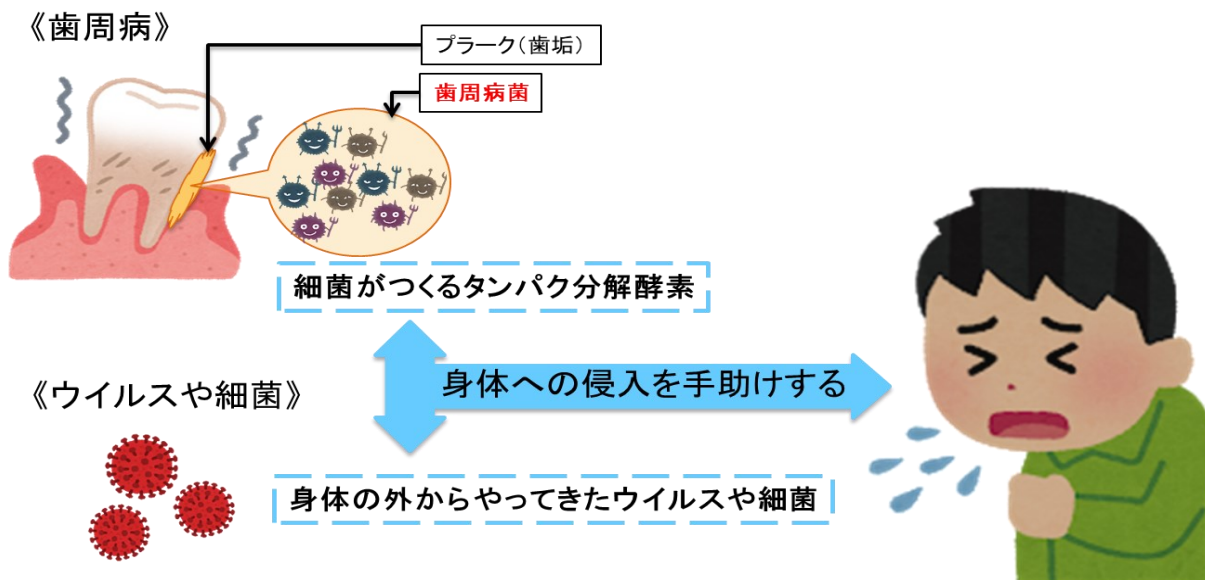
エアロゾル感染

飛沫から水分が抜け、5 μ m以下の微粒子をエアロゾルといい、それを吸入することで感染。



・ 歯周病菌がつくるタンパク分解酵素は、ウイルスや細菌の侵入を手助けする

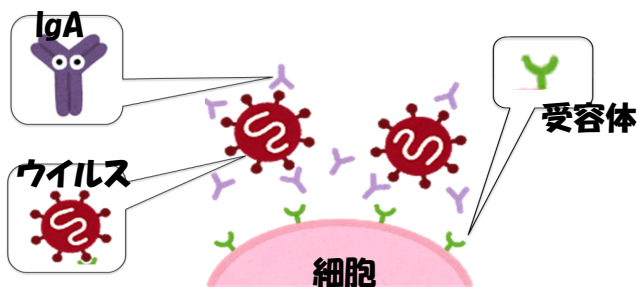
ウイルス感染予防には、「口腔内を健康に保つこと」がとても重要です。口腔ケアが不十分だとプラーク(歯垢)が蓄積し、このプラーク内の細菌からウイルス感染に影響を与えるタンパク分解酵素が生成されます。タンパク分解酵素は、ウイルスが粘膜の細胞に侵入しやすくする作用をもっています。そのため口腔内の健康が保たれていないと、口腔内の細菌数が増えウイルス感染リスクが増加します。



・ 口腔内の感染防御の最前線

一方、口腔内の感染防御の最前線の働きを担っているのが唾液に含まれる抗体IgAです。唾液中のIgAは身体に有害なウイルスなどを捕まえ、排除する機能があります。しかし、口腔衛生状態が悪いと上手く機能せず、感染リスクが増加します。口腔衛生状態を良好に保つことは、ウイルス感染・重症化予防に繋がります。

《ウイルス感染をブロック》

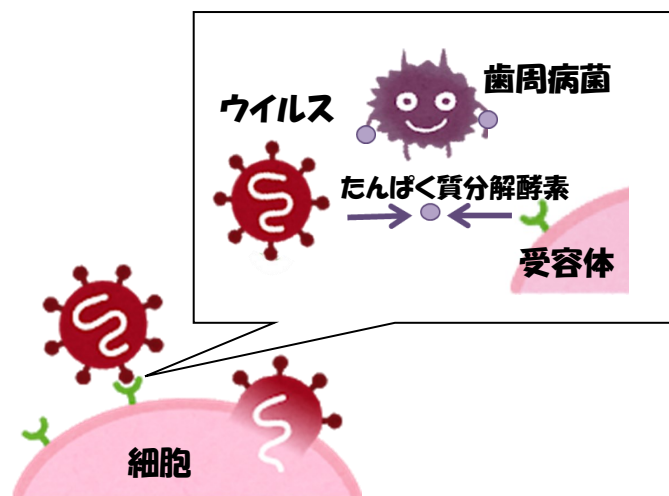


IgAがウイルスや細菌をブロックし、細胞表面の受容体との結合を防ぐ

・ 歯周病菌がたくさんいる場合

口腔衛生状態が悪いと細菌数が多いため、IgAの防御が難しくなります。歯周病菌はタンパク分解酵素を生成し、ウイルスと受容体の結合を手助けします。

《ウイルス感染》



口腔内の細菌数の増加はウイルス感染リスクを上げるため、口腔内の細菌数を減らすことが重要！

● ウイルス感染リスクを下げるためのセルフケア

～口腔内の細菌数を減らす**4つのステップ**～

ウイルス感染リスクを減らし、併発する肺炎を予防しましょう！

1) 歯磨き

1日3回毎食後、

プラークの除去



2) 歯間ブラシ・デンタルフロス

歯と歯の間の汚れの除去



3) 洗口液によるうがい

歯磨きとの併用が効果的



4) 舌磨き

舌苔(舌の汚れ)の除去



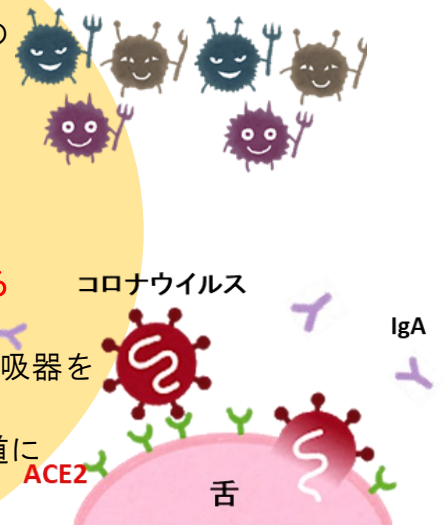
・ 舌磨きの重要性 ・

舌磨きの目的は舌苔(細菌の塊)の除去です。舌苔は口臭の原因となる他に、口腔内全体への細菌の供給源となります。

新型コロナウイルスはACE2という受容体を持つ細胞に結合することにより、感染と言われております。ACE2は口腔粘膜や歯肉にも存在しますが、舌粘膜により多く存在します。従って舌を綺麗に保つことが感染リスクを下げるためにも重要です。

またウイルス感染で肺炎を起こした場合、人工呼吸器を装着する可能性があります。

口腔内の細菌数が多いと、細菌が気道に侵入し肺炎が重症化するリスクが高くなります。



新型コロナウイルスやインフルエンザウイルスの感染・重症化予防のためにも、口腔内を綺麗に保つことが重要です。口腔ケアを行い、ウイルスに負けない健康な身体を維持しましょう！！





ヤクルト献立コンテストで優秀賞を受賞！！

ジョアの語源である”喜び”をテーマに、ジョアを添えた献立のコンテストが行われました。東日本エリア250あまりの施設の中で、永仁会病院が見事「優秀賞」を受賞しました！



メニュー

- ★ご飯
- ★芋の子汁
- ★鶏肉のごま幽庵焼き
- ★鮭の親子おろし合え
- ★炊き合わせ
- ★柿
- ★ジョアマスカット



調理師 鈴木儀一

これからもおいしい給食で患者様を応援します！

宮城の秋をイメージしました。主菜は県内産の柚子を使用し、練りごまのkokを加えた爽やかな幽庵焼きです。副菜は、はらこ飯をイメージしたおろし合えと秋野菜の炊き合わせです。汁物は宮城で定番の芋の子汁にしました。

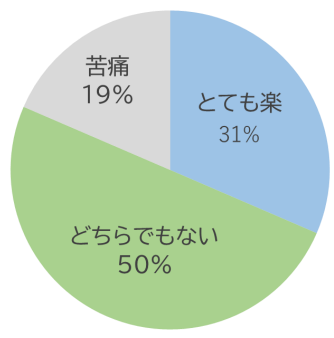
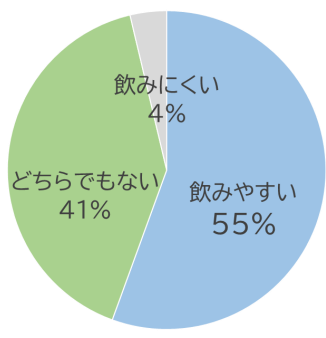


「こんなにラクならもっと早く受ければよかったあ」

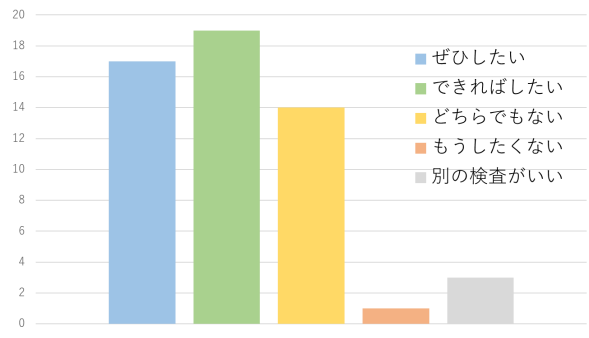
大腸CT検査、略して「CTC」を受けられた患者様の感想です！

永仁会病院では大腸CT検査を始めてから半年が経ちました。CTCは患者様への負担がとても少ない検査です。アンケート結果から、「下剤の量は、丁度よく」、「味は飲みやすい」、「検査に対する痛みはほとんど感じない」とCTCは多くの患者様より好評をいただいています。永仁会病院では、これからも患者様が苦痛を感じず、安心して検査を受けられるよう努めてまいります。なお検査に関する詳しい内容は「永仁会だより41号」をご覧ください。

Q. 下剤はいかがでしたか？ Q. CTCはいかがでしたか？



Q. 次回も当院でCTCを希望しますか？



病院の実績

(2021年1月度)	月計	平均
外来患者数	2,999	130.4 (外来稼働日)
入院患者数	1,372	44.3 (1日あたり)
血液透析症例数	1,555	59.8 (透析稼働日)
入院平均在院日数		8.8
手術件数(合計)	58	

●編集後記●

今回は、ウイルス感染予防と口腔ケアの関係について紹介しました。県内のコロナ感染は減少傾向にあるようですが、まだまだ油断はできません。身近に出来る口腔ケアをしっかり行い、感染リスクを少しでも減らす知識のお手伝いができたら幸いです。

広報部会 後藤