

お口の健康情報室

新型コロナウイルスの感染拡大で、歯磨きやうがいをした際の唾液の飛沫による感染を心配する声を聞きます。歯磨き中は、口から唾液の飛沫が出やすい状況になります。可能であればよく換気をして、唇を閉じて歯を磨くことをおすすめします。

上の歯の裏側を磨く時に

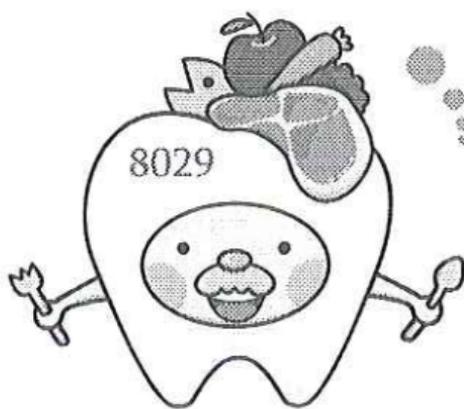
唇閉じて歯磨きを

は、特に注意が必要です。どうしても歯ブラシでかき出すような形になるため、飛沫が広がりやすいからです。口をすすぐ時もそっと吐き出すようにし、歯磨き粉のチューブを複数人で使い回すことも避けた方がよいでしょう。

インフルエンザでは、口腔ケアをしっかり行うことで感染リスクを下げる効果があると証明されています。新型コロナウイルスの場合も、唾液中にウイルスが含まれていることが分かっており、同様の効果が期待できます。

自宅ではもちろんのこと、不安を感じるようであれば歯科医院でもケアをして、口の中を清潔に保つことが重要です。

(千葉県歯科医師会)



「8029運動」PRキ
ャラクター もぐい