

千葉日報

2016年(平成28年)6月4日(土曜日)

歯と口の健康週間

6月4日～10日

■ 1 □

きょうから1週間、「歯と口の健康週間」が始まります。読者の皆さまに6回にわたり歯やお口の健康についてお伝えしたいと思います。

さて、今年4月15、16日に熊本・大分県を中心に九州で大きな地震災害が起きました。被災地では、水道や電気などのいわゆるライフラインがストップしてしまい、避難所では多くの方が大変ご不自由な生活を送られている様子が、連日テレビや新聞などで伝えら

れました。伝え聞くところによりますます十分な水がないために、なかなか普段のように歯磨きができなかったと伺っております。また、狭い避難所ではプライバシーの

もしもの震災に備えて

確保も難しく、高齢で入れ歯を使用されている方は外すことができず、つけっぱなしで歯茎に痛みが生じたり配られる食事が満足にできず、人と話すのもおっ



るだけでも効果的です。普段「デンタルリンス」を使用したことのない方は夜就寝前、歯ブラシの終わったあとに「デンタルリンス」でのうがいを一度試してみることをお勧めします。

東日本大震災では地震発生後3週間から1カ月をピークに高齢者の肺炎が増えたということがあります。これは、震災で十分な歯磨きが出来ないことによりお口の中で増えたばい菌による作業です。明日はそのお口が原因の肺炎について詳しくお伝えします。

(千葉県歯科医師会)