



# 山田歯科通信



～健康から人と社会を元気にする～

Vol.26 2020年7月発行

山田歯科クリニック Tel.0467-82-1180

発行人:TC 春日晶子

## メンテナンスをやめないで

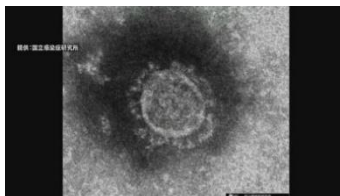


## 口から守ろう 新型コロナ

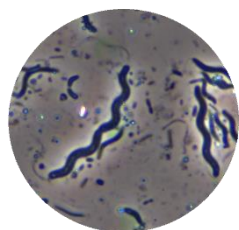
新型コロナの感染経路は人細胞の表面レセプター (ACE2) を介して口腔粘膜、舌や唾液腺から侵入します。

…**歯周病の方は要注意**…

歯周病がコロナウィルスの口腔内のレセプターに侵入することを助けてしまいます。



新型コロナウィルス



歯周病菌

そしてコロナ感染症の重症化にも関係しています。重症化で見られる敗血症の原因は菌血症とウィルス血症の混合感染だということがわかってきました。歯周病は心筋梗塞や糖尿病になりやすいだけでなく、コロナも重症化しやすいのです。

PMTC(専門的な口腔ケア)を行うことにより、口腔内バイオフィルム中のプロテアーゼ並びに産生菌を除去することができます。清潔な口腔環境を維持することにより新型コロナウィルス予防はもちろん、インフルエンザや誤嚥性肺炎の予防にも効果が発揮されます。

感染症は身体の入り口で守ることが重要です。定期的にプロの徹底的なPMTCを受け感染を予防しましょう。

参考資料:東京歯科大学 奥田克爾名誉教授の文献より



### どうぞ ご安心ください



### 厚生省の徹底した滅菌システムの施設基準

### (か強診)の認可を受けています

タービンやコントラ(の切削器具)からエアロゾルとして飛散し感染リスクが高いです。しかし当院では全ての水(トイレからユニットまで)が除菌作用の高い20ppmの次亜塩素酸水が還流しているため安心して治療を受けていただくことができます。新型コロナウィルスは正しく恐れて、健康で豊かな生活を取り戻しましょう。

### マスクは適宜に



マスクを常時付けていると**血中酸素飽和濃度(SPO2)**が低下します。血中酸素飽和濃度とは血液中ヘモグロビンの何%が酸素を運搬しているかを示します。血液中の酸素量が一定レベルを下回ると**立ち眩み、めまい、卒倒**などの症状が起きます。

また、マスク着用時は**口呼吸**になることが多く、口呼吸は**ムシ歯、歯周病、口臭**の原因や**歯並び**に影響し、多くのデメリットがあるので注意が必要です。

**NEW**

## キシリトールガム オレンジ 新登場

当院で人気のキシリトールガムにオレンジ味が新登場しました！  
1日3回以上、食後や間食の後に摂るのが効果的です。  
キシリトールの効果はムシ歯の原因となる**酸を作らない**  
ことや**ムシ歯菌の数を減らす**こと、ムシ歯になりかけた  
部分をもとに戻すこと(**再石灰化**)です。

歯科医院専用のキシリトールガムは**キシリトール**  
**100%**配合されています。(市販品のキシリトールガム  
50~60%前後)キシリトール60%以上でないと上記  
の効果はないといわれています。

美味しく食べてムシ歯を予防しましょう♪



## 編集後記



自粛期間は終わりましたが、当院では変わらず感染対策をしっかり行い、安心して安全な環境で患者様をお迎えいたします。毎回の検温と問診でご不便おかけしますが、ご協力いただきありがとうございます。

### ～お知らせ～

7月21日から診療開始時間が変更となります。

**8:30から13:00**

**14:00から18:30**

夏休み期間 8月2日(日)～6日(木)



## 自作補水液で熱中症を防ごう

スポーツドリンクは危険！



熱中症や脱水症を予防する為にスポーツドリンクを常飲していませんか？  
スポーツドリンクは一見身体に良さそうに思われがちですが、**糖質過多、塩分過少**で**補水には不向き**なのです。

その上、砂糖たっぷりなスポーツドリンクはムシ歯と糖尿病の大敵です！

たくさん汗をかくこれからの季節、お茶やお水だけでは水分補給できているのか心配な方…

## 経口補水液を自分で作ってみませんか

用意するものは下記の5点だけ！

～材料～

- ① 水 500ml
- ② ブドウ糖 10g (顆粒状のもの)
- ③ 食塩約 1.5g (10円玉程度)
- ④ 重曹約 1g (10円玉程度)

