

日本歯科医師会

<https://www.jda.or.jp>



SUNSTAR

100年mouth 100年health

手洗い、うがい、歯みがき。  
感染症の対策には、  
お口のケアも忘れずに。



医学監修…日本歯科医師会  
小山茂幸先生

インフルエンザに負けないお口を保つためにも、毎日の口腔ケアと歯医者さんでの定期健診を忘れずに。お口を守る習慣は、明日の健康につながっているのです。

ある調査によると、デイケアに通う高齢者に歯科衛生士が6カ月 にわたって**口腔清掃などのケア**を行ったところ、行わなかった人たちに比べてインフルエンザの発症が減少したとの報告もあります。専門家によるケアや指導が、歯やお口の健康だけでなく**インフルエンザの対策にも役立つ**という事実。ワクチンや手洗いというがいとあわせて、ぜひ覚えておきたい知識です。

今年には特に気になる、インフルエンザの流行について。かかってから悔しい思いをしないように、予防や対策を万全にしたいですね。そこで知っておきたいのが、インフルエンザとお口のケアの意外な関係性です。

「せっしやくわん」  
激しく怒ったり、  
悔しがったりするさま。

切歯  
扼腕

おくち熟語、からだ熟語⑬