



菌とふるメッセージ



皆様、こんにちは。今、大きな不安を抱えながら、毎日をお過ごしのことと思います。皆で力を合わせて、今般のコロナウイルスに打ち勝つべき、頑張っていきましょう！
どうぞ、日々をお心穏やかな気持ちで、お過ごし下さい！！ さて、自宅での多くの時間を有効に活用して頂くため、様々な文献や資料、私見・偏見をも交え、コロナ予防対策として、このリーフレットを発信致します。既知の事もございましょうが、少しでもご活用頂ければ幸いです。
 <4月末に歯科医療についてネガティブな報道があったようですが、多くの諸先生方の日々の感染予防対策が功を奏し、5月初旬時点で、全国で患者さんの発症例は1件も報告されていません。4月26日、それらの実績・実情を踏まえ、厚労省が我々歯科医に PCR 検査の参加協力を要請。その後、一切報道されなくなりました> (PCR 検査要綱、方法は未定・おそらく保健所にて施行)
 本院でも従来以上の感染予防対策を実施、皆様が安全に治療出来る様に日々努力致します。ゆえに個々の診療前後の殺菌作業に時間を要し、お待たせする事、また診療日時の変更・短縮等にご寛容下さい。



<予防対策1> 顎・顔面・口腔領域

- ①歯を磨く（食後に加え、起床直後や外出・帰宅直後。洗口液併用も有効）
- ②舌を磨く（舌クリーナー・脱脂綿などでソフトに1日1回）歯ブラシは絶対不可
- ③鼻うがいをする（ハナノア・ハナクリーンSなどで1日1回）
- ④頻繁に顔を洗う（特に男性。手指も同時に洗う）
- ⑤ガムを咬む（ウイルスを肺ではなく胃へ落とすため・胃酸が殺菌します）
- ⑥こまめな水分摂取や熱い飲み物を飲む

特に歯周病患者は日常のケアや定期的処置を怠ると、免疫機能が異常に低下しますので絶対施行！

PRESIDENT掲載

「滅菌ハミガキ」の手順がよくわかるカード



- 1 かるく歯をかみあわせる
- 2 歯ブラシの毛先をまっすぐ当てる
- 3 奥歯から手前のほうへ、おおきな丸をかくように
- 4 ていねいに10回！

