

ウイルス感染と口腔ケア

新型コロナウイルスの蔓延により、3密回避や手洗いの徹底、マスク着用など、新たな生活様式が定着しつつあります。ここでは、感染症予防対策として「口腔ケア」に注目していきたいと思います。

『口腔ケアでインフルエンザウイルス感染を予防できる！』

ウイルスが口腔粘膜の細胞に感染するとき、口腔内細菌、特に歯周病菌が出す強力なたんぱく質分解酵素というものが感染を促進させると言われています。最近の研究では、歯周病菌を減らすことによってインフルエンザウイルスが細胞に侵入するのを防げるということが明らかになっています。つまり、口腔ケアを行うことでインフルエンザウイルスの感染を予防できるということです。

『口腔ケアで新型コロナウイルス感染を予防できる？！』

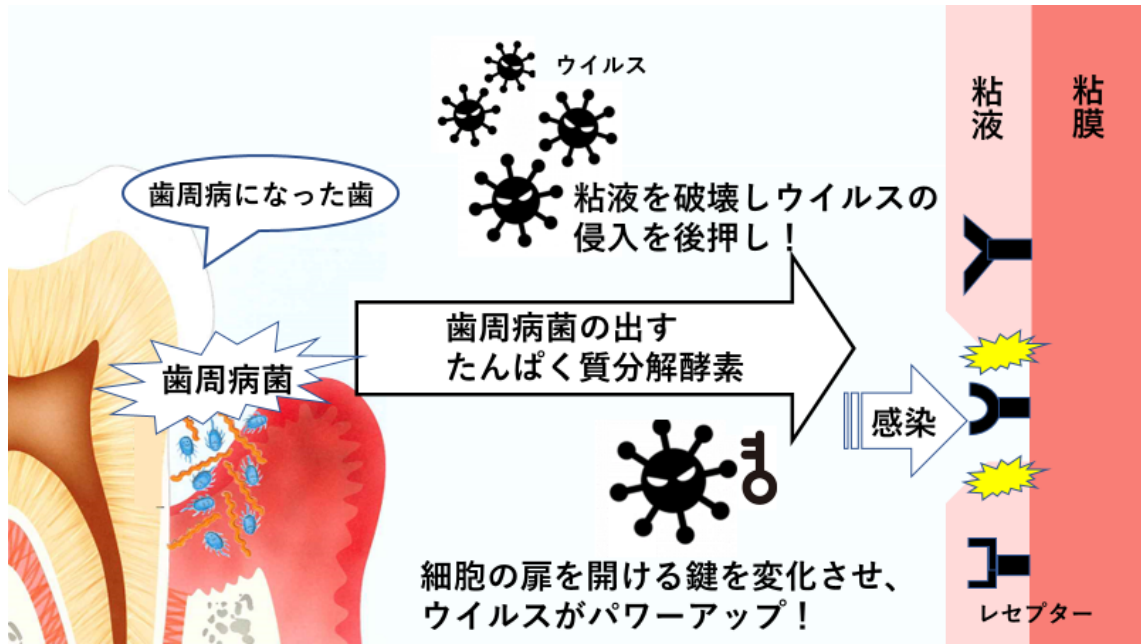
新型コロナウイルスもインフルエンザウイルスと同じように細胞へ侵入し、ACE2 という受容体を持つ細胞に感染すると言われ、口腔内では特に舌に多く存在すると報告されています。まだしっかりとした証拠は出てきていませんが、口腔ケアは新型コロナウイルス感染症予防対策としても試す価値は十分にあると考えられています。

『口腔ケアで新型コロナウイルス感染の重症化を予防できる？！』

肺炎や慢性閉塞性肺疾患、糖尿病やがんなどの基礎疾患があるコロナ感染者は重症化と死亡率が高いとの報告がありますが、これらの基礎疾患はすでに歯周病との関連性が指摘されています。また、ウイルス性肺炎と口腔内細菌が由来の細菌性肺炎を併発すると重症化してしまうことも分かってきています。つまり、歯科疾患予防で口腔ケアを行い、歯周病菌やむし歯菌を減らすことが基礎疾患予防にも繋がり、もし新型コロナウイルスに感染したとしても重症化のリスクを減らせると考えられています。

『冬は特に口腔ケアを怠らずに！』

寒くなり空気が乾燥してくると口腔内も乾燥し、感染しやすくなります。毎日歯磨きや舌清掃、保湿などの口腔ケアを行い、日常の口腔衛生管理を行うことが感染予防として重要です。また、セルフケアと共に専門的な口腔ケアも大切なので、しばらく歯科医院に行っていないという方は、ぜひかかりつけ歯科医院で口腔内のチェックをしてもらいましょう。



【歯科衛生士 関口 千夏】

