

11月8日はいい歯の日

埼玉県歯科医師会は、
歯科医療と口腔健康管理の
充実を通じ、健康寿命の延
伸を目指します。

埼玉県は全国トップクラスのスピードで
高齢化が進行すると見込まれています。年
齢とともにう蝕、歯周病は早く進行します。

ご自分のお口の中を、良く知り管理して
くれる「かかりつけ歯科医」を持ち定期的
に健診を受けましょう。



日本歯科医師会 PR キャラクター
よ坊さん (埼玉県)

在宅歯科医療推進窓口

■電話 048-822-6464
■受付時間 月曜から金曜
10:00~15:00
(祝日・年末年始除く)

通院が困難な方は、
自宅で歯の治療が
受けられます！

： コロナ禍とお口の健康

埼玉県歯科医師会会長 大島 修一



終息の見えないコロナ禍で、心晴れない毎日を送られている事と思います。ワクチンや治療薬の開発が待たれる中、新しい生活様式が叫ばれていますが、一度原点に返り何が大切かを考えたら如何でしょう。コロナ予防には免疫力を高める事が大切と言われます。免疫力を高めるには規則正しい生活、十分な睡眠、健康な食事が大切です。

併せて、手洗い・うがいはあらゆる感染症予防にとっても最も大切なことです。そしてその有効性も認められています。この事は皆さんも良くご存知の事と思います。手洗いは、手指が口や目など体の各所に触れる事により起こる、体内へのウイルスの侵入を防ぎます。では、なぜ「うがい」が大切なのでしょう。それは、細菌やウイルスの体内への侵入経路のうち、一番多いのが口だからです。ですからお口を清潔に、そして健康にしておくことは、細菌やウイルスが体内に入るリスクを大きく減らす事になるのです。特に高齢者は口腔周辺の嚥下に係る筋肉や機能が衰え、誤嚥性の肺炎を起こすリスクが高まります。歯科の診療所は以前から、HIVを始め感染症への予防対策をしてきました。健康を総合的に考えて定期的な歯科の健診をする事は、コロナ感染予防にも大いに有効と考えられます。

口から守るあなたの健康！その先にある笑顔を守りたい

日本歯科医師会 <https://www.jda.or.jp> 埼玉県歯科医師会 <http://www.saitamada.or.jp>

