

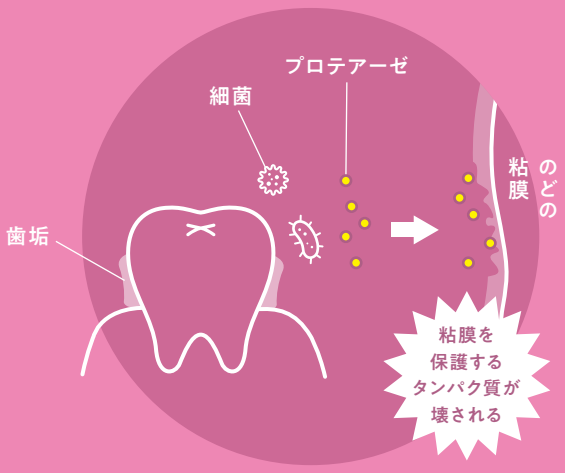
今だから  
ウイルス  
対策②

# 歯垢の除去で ウイルス感染を減らそう!

新型コロナウイルスの感染を心配されている人が多くいると思います。  
ただ、今のところ新型コロナウイルスに特化した予防データはありません。  
今回はインフルエンザウイルスでのデータを元にお伝えします。

## 破壊された粘膜から ウイルスが入る!?

口の中の歯垢に含まれる細菌がプロテアーゼという酵素を出します。この酵素が粘膜のタンパク質を破壊してしまうのです。当然、破壊された部分からはウイルスが簡単に侵入しやすくなるのです。



## 歯のケアで ウイルスの予防効果!

ではお口の中をキレイにしているとどれぐらい効果があるのかをインフルエンザウイルスのケースを元に解説してみましよう。

### 1 インフルエンザの学級閉鎖が約半分に

東京都杉並区の2つの小学校に洗面台を増設して歯磨きの促進活動をしました。その結果はインフルエンザによる学級閉鎖率が、歯磨きの促進活動をしてない他の41校の約半分でした。



### 2 高齢者のインフルエンザ発症率が1/10に

専門家が介護施設の高齢者の口のケアを週1回行ったグループと、ケアしなかったグループに分けました。なんと半年後の調査で口のケアをしているグループの方がインフルエンザの発症率が約1/10になったのです。



## 歯をキレイに保つことが感染予防に大切!

歯磨きと歯科医院でのクリーニングで、お口をキレイに保って感染のリスクを減らしましょう。

※今回紹介したのは、一般的な感染予防であり  
新型コロナウイルスに特化した予防法ではありません。

