

コロナ禍の口腔ケア

庄原市歯科医師会 おおかど 大門 しのぶ 忍

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)のパンデミック(世界的大流行)が、世界保健機関(WHO)から宣言されて1年以上がたちました。変異種の問題もあり、まだまだ油断ができない状況です。

今回は新型コロナウイルス感染症の予防について、歯科的な観点から考えてみたいと思います。

口の中の細菌、特に歯周病菌を減らすことで、風邪やインフルエンザのウイルスが、細胞へ付着することを防げるといわれています。また、イギリスの歯学部の研究では、新型コロナウイルス感染症により死亡した患者から、歯周病菌が高濃度に検出されたという報告もあります。

新型コロナウイルスもインフルエンザと同じ方法で細胞へ付着するため、適切な口腔ケアを行うことは、発症予防に有効であると考えられます。

また、口腔ケアは肺炎の重症化を予防することができます。

新型コロナウイルスによる肺炎は、その他の肺炎との合併で重症化するといわれています。高齢になると口の働きが悪くなる「口腔機能低下症」という状態になります。それにより、知らないうちに唾液を誤嚥する「不顕性誤嚥」が起きやすく、「誤嚥性肺炎」の危険が高くなります。一方で、要介護高齢者の口腔ケアを行ったところ「誤嚥性肺炎」のリスクを減らすことができたという研究結果もあります。

しかし、歯磨きなど口腔ケアを行う際には注意が必要です。新型コロナウイルスに感染すると唾液中にウイルスが混入するため、うがいなどを行う際に飛沫を飛ばしてしまいます。昼食後、職場の洗面所で複数人が歯磨きをしたことがきっかけで、クラスター(集団感染)が発生した事例もあります。

また、マスクも日常になりましたが、意識をしないと水分を取る機会が減るため、虫歯や口臭、歯肉の腫れの原因にもなります。その他、ストレスによって唾液の分泌量が減るため、より口腔ケアの重要性は高くなります。

新型コロナウイルス感染症の予防の基本はマスクと手洗いなどですが、口腔ケアを加えることにより効果は高まると思われます。



米山武義、鴨田博司、老年歯学16-13、2001

東京医科歯科大学の新型コロナウイルス感染症対策「感染予防と口腔ケア～新型コロナウイルス感染症を遠ざけるポイント」
Patel J, Sampson V, The role of oral bacteria in COVID-19. Lancet Microbe. 2020;1:e105

保健医療課健康推進係 ☎0824-73-1255