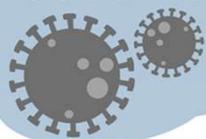


COVID-19



お口のケアで、コロナウイルス感染を防ごう!

新型コロナウイルス(新しいオミクロン株)が猛威を振るっています。

特に感染し易いのが特徴とされています。

ウイルスの入口は口や鼻の粘膜などが大部分です。また新型コロナウイルスは感染力が強く、近い距離で話しているだけでも飛沫から感染する可能性があります。徹底した手洗い、マスク着用、外出を控え、「3密」を避けることが私たちにできる最高の予防法かも知れません。

もう一つ私たちにできる大切なことがあります。「お口の中を清潔に健康に保つこと」が感染予防にも役立ちます。しっかり歯が磨けていないなど、お口の中の衛生状態が悪化すると、口腔内の細菌の数が増えてしまいます。すると免疫力が低下したり、細菌による炎症を併発する結果ウイルス性肺炎が重症化する傾向があります。

お口のケアは多くの感染からお体を守ります。

トレーニングをしましょう?!

筋力トレーニングではありません。

お口の噛む力や舌を動かす筋力のトレーニングのことです。噛む力が弱いとだんだんに食べ物が噛みづらくなります。舌の力が弱くなると物がお口の中で動かしにくくなり、むせたり食べこぼしがちになります。

柔らかいものだけ食べずに頑張って少し硬い物も食べましょう!

ホッペを膨らましたり、舌を出したり引いたり日常でできる事はたくさんあります。

お食事が美味しくなりますよ。

試して下さいね。

訪問歯科診療ってなに?

歯科医師、歯科衛生士が施設に訪問し、歯科治療や専門的口腔ケアを行う制度です。

お口や歯は、食べたり、飲んだり、おしゃべりしたり、歌ったり毎日を楽しむ大切なものです。定期的にケアすることで病気を予防したり健康増進にもなります。

「歯が痛いから、歯医者さんに診てもらう」ではなく

「日頃から診てもらう」ことがご病気を重症化させないポイントです。



今月の「ホッ!」と



訪問先施設様で節分祭が行われていました。施設の鬼は可愛いようなカッコイイような鬼でした。

はたして強い歯があるの

でしょうか?

ご入居様は温かい福茶を楽しまれていました。全国各地には、「歯の神様」を祀る神社などがあるそうです。

普段感じない歯の大切さ。痛くなると神様をお願いしたくなります、「これからは大事にしますのでどうか治して下さい」と。

毎日毎日のお手入れが一番です!

お口は元気のみなもと

訪問歯科診療で
噛める 食べれる 笑える を

訪問歯科診療は各種保険適用です

東京都足立区竹の塚3-5-5
医療法人社団幸望会 ハーモニー歯科
電話 03(5851)7640

※無料歯科検診もお試しく下さい

