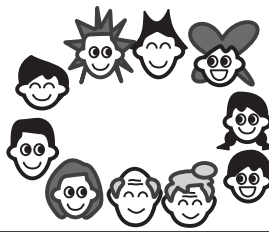


# 津谷歯科医院 口腔ケア新聞

NPO法人  
訪問歯科診療  
を広める会  
賛助会員



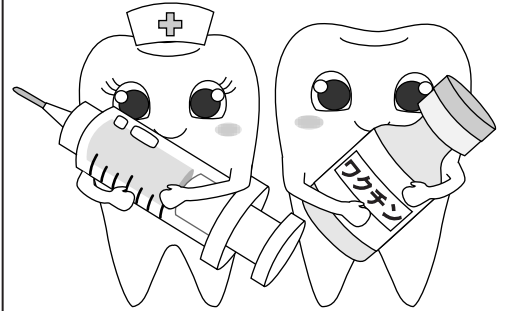
平成27年12月号  
 発行人：津谷歯科医院  
 院長：津谷良  
 住所：岡山市中区海吉 1807-14  
 紙面に関するお問い合わせは下記まで  
 電話：0120-779-418  
 配信代行：訪問歯科診療を広める会

皆さんこんにちは！いかがお過ごしですか？

津谷歯科医院院長の津谷良です。

冬支度の季節となりました。健康面では、インフルエンザの対策をはじめめる時期です。A型という種類のウイルスは流行性が高く、一般のかぜ症候群と違い、38℃以上の発熱、悪寒、関節・筋肉痛を伴います。ウイルスは感染後24時間で100万個にまで急激に増殖し、小児や免疫力の低下している高齢者では重症化しやすい疾患です。その感染力は非常に強く、全国5000箇所の医療機関から報告される情報を元に毎週発生状況が発表されます。現在は、手洗い、うがい、予防接種が基本対策としてよく知られていますが、実は口腔ケアでかなりの予防効果が期待できるのです。そこで今回は、『口腔ケアとインフルエンザ』についてご紹介したいと思います。

※※ 今月末頃まで ※※  
 無料歯科健診を実施しています  
 お気軽にご相談ください



## ● ウイルスの感染・増殖のメカニズム!!

感染・増殖のメカニズムはすでに解明されていて、ウイルス表面に存在するHAとNAという2つの物質が感染・増殖の際にポイントとなります。それぞれ種類がありインフルエンザの型を表す際、「H1N2型」等と表記しますので、ご存知かも知れません。

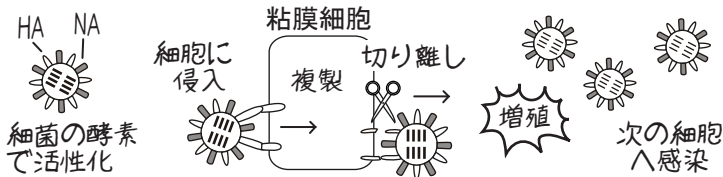
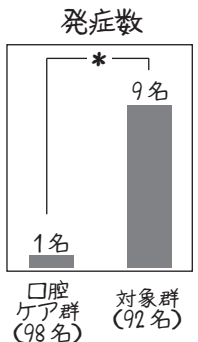
〈HA〉 口から入ったウイルスが、気道の粘膜細胞に吸着・侵入するためには、ウイルス表面のHAという部分が活性化している必要があります。口に入った時点ではまだ不活性型の状態ですが、口腔内の細菌等が作る酵素によってHAは活性型となります。

〈NA〉 粘膜細胞に侵入したウイルスは遺伝子を複製して約1000個の新しいウイルスを作り出します。そして次の粘膜細胞に侵入して感染を拡げるため、一旦元の粘膜細胞から外へ出のですが、この時にウイルスと粘膜細胞の切り離しにNAという物質が

使われます。口腔内の多くの細菌もNAを産生するので、口腔が汚れているとインフルエンザの増殖をさらに助長することになります。インフルエンザ治療薬のタミフルは、このNAを阻害することで効果を発揮します。逆に口腔内が汚れているとタミフルが効きにくくなることもわかっています。

## ● インフルエンザの発症を1/10に!!

上記のメカニズムから、口腔ケアの有効性について、厚生労働省の研究調査が実施されています。結果は、65歳以上のデイケアに通う要介護者190人に対して行ったところ、口腔ケアを週に1度実施したグループは実施しなかったグループと比較してインフルエンザの発症を1/10に予防し、NAの減少も認められ、口腔ケアの有効性が確認されています。(阿部修等、社会保険研究所、2004)



この冬にはさらなる検証のために、日大歯学部の高合教授を中心とした研究チームが、高齢者を対象に大規模な疫学調査を始める予定です。

## ◆ インフルエンザの新しい予防法の1つとして適切な口腔ケアも検討してください ◆

口腔ケア新聞の発行にあたって



ここ数年、外来患者さんやそのご家族から訪問診療のお問い合わせやご依頼を受けるケースがとても増えてきました。小さなご病気されてしまったことがキッカケで、寝たきりになってしまわれたりして、「いつもお元気でいいですね」と話をしていただけなのに……。そんなことが続いたので、これは本格的に訪問診療に取り組まなければいけないかなって、強く思うようになりました。

そこで取り組みの一環として、要介護者の歯と口に関する情報を地域の介護に携わっている方にお届けしようと考え、口腔ケア新聞を毎月1回発行しています。

## 津谷歯科医院

診療時間 9:00～12:30/14:00～18:30  
 (土曜日は16:30まで)  
 診療科目 歯科 小児歯科  
 休診日 木曜・日曜・祝祭日  
 院長 津谷 良  
 岡山市中区海吉 1807-14