

けんせい歯科ニュース

～新しい生活様式で行うエチケット磨き～

コロナ禍だから 歯みがきでウィルス感染予防！

No.76

2021年8月発行

けんせい歯科 歯科衛生士 神尾 夕子



☆ウィルス感染から身を守る方法として口腔ケアの大切さが強調されています☆

新型コロナウイルス感染予防の歯磨きスタイルを参考に実践してみてください！

<環境>

- ・洗面所は譲り合って使う。
- ・窓を開けるなど換気を心がける。



<歯磨き>

- ・歯磨き中はしゃべらない。
- ・なるべく口を閉じて磨く。
- ・前歯の裏を磨くときは口を手で覆って磨く。

<うがい>

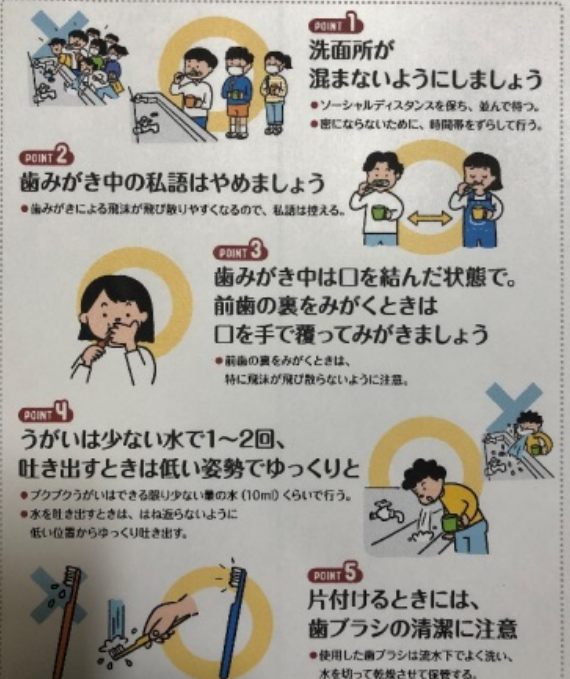
- ・少ない水で1～2回程度で。
- ・吐き出すときは低い姿勢でゆっくりと。



<歯ブラシ>

- ・歯ブラシは流水下でよく洗い、乾燥させて保管する。

新型コロナウイルス感染予防のための 食後の歯みがきスタイル



一般社団法人 日本学校歯科医会

ダウンロードはこちらから
nichigskushl.or.jp/news/corona2.html

参考資料 日本歯科衛生士会「新しい生活様式」で実践するお口の健康づくり

一般社団法人 日本学校歯科医会 新型コロナウイルス感染予防のための歯磨きスタイル