

第2波に備えた 口腔の健康の重要性に関して

歯周病(歯周病菌)が全身疾患と関わりが強いことが、近年次々に明らかになってきていますが、新型コロナウイルス感染症にも影響があることがわかってきました。日本疫学会は、新型コロナ感染症による死亡の危険因子に「敗血症の兆し」と報告しています。歯周病菌の外膜にある毒素であるエンドトキシンが血中に侵入することで菌血症が起こります。新型コロナウイルスの感染で免疫系が低下している場合、菌血症が敗血症に変わっていったり、サイトカインストームに発展していくことになるので、歯周病菌を血中に入れてはいけません。

そのためには、

- ①徹底した歯周病治療が必要です。第2波が来て外出が困難になる前に口腔の健康を獲得しておくことが重要です。さらに、
- ②セルフケアのグレードアップが必要です。歯ブラシやデンタルフロスによる歯の清掃に加え、舌ブラシによる舌磨きも取り入れてください。舌の中央部に付着している舌苔の中には多くの細菌が住み着いているからです。また、唾液中にウイルスがいることがわかっているのでデンタルリンスによる洗口も行うようにしてください。
- ③プロフェッショナルケアも定期的に受け、歯肉の健康を維持することが大切です。

適切な口腔ケアを行う場合と行わない場合では肺炎の発症者数や死亡者数に有意差があることは過去に行われた調査で明らかになっています。

	口腔ケアなし	口腔ケアあり
発熱発症者数	54人(29%)	27人(15%)
肺炎発症者数	34人(19%)	21人(11%)
肺炎死亡者数	30人(16%)	14人(7%)

出典：要介護者に対する口腔衛生の誤嚥性肺炎予防に関する研究 米山武義、吉田光由ほか 日歯医学会誌2001

3項目全てが口腔ケアを行った群が行わない群の半数に減少しており、特に死亡者は半数以下

肺炎が一旦治ったのにまた再発を起こしているように見えているのは歯周病菌による二次性細菌性肺炎である可能性が高いと思われます。新型コロナウイルスによるウイルス性肺炎に続発して起こる歯周病菌による細菌性肺炎は重症化リスク(死亡リスク)が非常に高いのが特徴です。気管内挿管による肺炎は口腔内細菌つまり歯周病菌が原因になるので、気管内挿管の際は口腔内を清潔にしてから行うようにする必要があります。歯周病(歯周病菌)対策をしっかりとって第2波に備えていただきたいと思います。