



## 松江市在宅医療・介護連携支援センター

発行元：住所：〒690-0852

島根県松江市千鳥町 70 松江総合福祉センター1階

社会福祉法人 松江市社会福祉協議会

TEL：(0852) 61-3741 FAX：(0852) 21-5377

### 医療・介護に従事している皆様へ

5月14日に緊急事態宣言が解除されましたが、新型コロナウイルス感染拡大は、未だに予断を許さない状況です。さて、今号は、松江市医師会・歯科医師会のご協力を得まして、「今だから伝えたい皆様へのメッセージ」をお伝えします。

### 松江市医師会より

みんなで頑張りましょう。頑張りよう！松江！！頑張りよう！島根

●**市民のみなさまへ** **新型コロナウイルス感染症について「みんなでコロナを乗り越えよう！」**と題して、松江医師会ホームページに松江市医師会からのメッセージ～「知ってください!!新型コロナウイルス感染症と医療機関の現状」「情報に惑わされないために」など(5月13日現在8号まで配信)の掲載があります。

松江市医師会ホームページ <http://www.matsue-med.or.jp/>



●介護職の方向け「高齢者施設向けの簡単な対策」の資料がありますのでご紹介します。

福祉・介護施設における新型コロナウイルス感染症の対策／長崎大学病院  
<https://www.youtube.com/watch?v=4XL3Gp99az0&feature=youtu.be>

またそれをPDF化もされて公開されています。

<http://www.mh.nagasaki-u.ac.jp/kouhou/topics/2020/3/3/200303COVID-19.pdf>

〈病院・診療所を受診される際のお願い〉

発熱や咳、倦怠感がある方は必ず事前に医療機関に電話で相談の上、ご来院下さい。



一般社団法人 松江市医師会  
〒690-0040 島根県松江市千鳥町千鳥地29号  
TEL: 0852-29-2472 FAX: 0852-27-8546

## 松江市歯科医師会より

### 「やっぱり大切！お口のケア」

歯ッピーおろちびくん  
です。島根県歯科医師  
会のPRのお手伝い  
をするキャラクターと  
して、誕生しました。



新型コロナ感染拡大により、不要不急の外出自粛が求められています。それに伴い自宅にいる時間も長くなると思いますので、ご自身の感染予防対策の一環として、時間をかけて丁寧にお口のケアをしてみてください。その理由を以下に挙げました。

#### ①口腔健康管理(口腔清掃)はウイルス感染への水際対策です

ウイルスの感染は、鼻と口と目から起こります。インフルエンザの場合、お口に住んでいる細菌が出すタンパク分解酵素は、ウイルスが粘膜細胞の中に感染することを促進してしまいます。ウイルス感染予防のために、お口の衛生管理を心がけて下さい。

#### ②不潔なお口は腸内細菌のバランスを乱して全身の免疫力を弱めます

ウイルス感染への有効な対策は、体の免疫力を低下させないことです。腸内細菌のバランスは全身の免疫に密接にかかわっています。そのため、腸内細菌のバランスが崩れると、感染症にかかりやすくなったり、さまざまな全身疾患が発症しやすくなることが知られています。お口の細菌が食道・胃を通過して腸内にたどり着き、腸内細菌のバランスを乱して全身疾患発症の原因となることが判ってきました。お口が不潔な方などは、食事のたびにたくさんのお口の細菌が腸に運ばれるため、全身の免疫力が低下するリスクが高まります。

#### ③お口が不潔だと肺炎のリスクも高まります

介護が必要な方の中には誤嚥と言って、食べ物や唾液が食道を通らず、誤って気道に入ってしまうことがあります。お口が不潔だと、この時にたくさん細菌が気管に入って肺にまで至り、誤嚥性肺炎という肺炎を起こしてしまいます。誤嚥のリスクが高い方は、ウイルス性肺炎のリスクも当然高くなります。



**手洗い・うがいに加えて、お口のセルフケア（丁寧な歯磨き）とプロフェッショナルケア（歯科医院での専門的クリーニングや訪問歯科診療による口腔ケア）を心がけてください。**

## Information

**在宅医療・介護連携支援センターのホームページに**

**「新型コロナウイルス関連情報」のページを立ち上げました。**

新型コロナウイルス感染症に関する「松江市のホームページへのリンク」、「感染予防のための研修・啓発資料等」を掲載していますので、ご活用ください。

**[松江市社会福祉協議会](#) > [高齢者に関すること](#) > [松江市在宅医療・介護連携支援センター](#) > [新型コロナウイルス関係の情報](#)**