

コロナ禍の歯科受診、迷っていませんか？

受診は控えたほうがいいのか・・・

痛いけど我慢しようかな・・・

飛沫とか大丈夫なのかな・・・

どうしよう・・・

感染リスクが高そう・・・

歯科受診での感染リスクとは

コロナ禍で、医療機関全般の受診が減少しているという情報があります。その理由の一つとして、院内で感染することを恐れ、「**受診控え**」していることが挙げられます。では、歯科受診にはどんな感染リスクがあるのでしょうか。

待合室	<ul style="list-style-type: none"> 他の患者との接触 問診票を書く際の筆記用具等 スリッパを介して
診察室	<ul style="list-style-type: none"> 治療の際、ユニットに前の患者の唾液などが付着 医師、スタッフとの接触 治療器具などを介して 治療で発生するエアゾル※
その他	<ul style="list-style-type: none"> トイレやエレベーターの接触部分

歯科治療は、口腔内の粘膜等に触れる治療のため、唾液や血液を含んだ飛沫が発生します。患者側も医療者側も感染のリスクが高い場所といえます。

「歯科医院は感染リスクが高い」は誤解

2020年4月頃、三重県と滋賀県の歯科医院でクラスターが発生したという報道がありました。しかし、いずれもスタッフ同士の感染で患者さんへの感染はありませんでした。今年になって、4月に富山県の歯科医院でクラスターが発生。こちらはスタッフ4名と患者さん2名に感染が判明しました。最初の2件のクラスター発生時に「**歯科医療の現場は感染リスクが高い**」とマスコミが報道したため、見た人の多くが歯科受診することに対して感染リスクが高いとイメージしてしまい、外出自粛も重なって、歯科受診離れが拡大してしまったようです。「**歯科医療の現場は感染リスクが高い**」というマスコミの報道は、「**スタッフの危険性**」を指摘したもので受診することに対する感染リスクを意味するものではないということです。

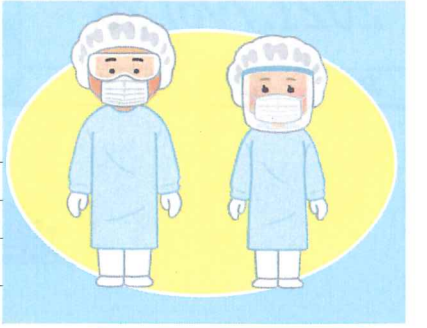


※エアゾルとは
 空気中に漂う微細な粒子のことを指します。(直径5μm以下)
 感染者のくしゃみや咳、唾液などによって出された飛沫は水分を含んでいますが、この水分が蒸発し、ウィルスだけが残る飛沫核という状態がエアゾルです。粒子が小さく、乾燥しているため、浮遊しやすくなります。明確な定義がないものの、数十メートル浮遊し、3時間程度は感染性を有して空气中を浮遊し続けることが報告されています。



歯科医療現場の感染対策

歯科治療は、歯を削る際に唾液や血液を扱うため、感染リスクが高い行為といえます。だからこそ、新型コロナウイルスの流行以前から感染対策には細心の注意を払い、**グローブやゴーグルの着用、器具の滅菌、歯科ユニットの消毒**は当たり前の業務として行われています。新型コロナ流行に伴い、パーティション設置や、換気、来院の際のアルコール消毒剤設置、検温、予約の工夫等、対策を講じています。



治療に使用される器具は、細菌や微生物を**完全に死滅**させる装置を使用し、**130度以上の高温高圧の蒸気**で滅菌処理をします。

放置は危険。早急に受診が必要な症状

症状	原因	治療
しみる	虫歯	浅めの虫歯：虫歯を除去し修復。治療回数は1~2回程度。 深めの虫歯：神経の治療が必要な場合は治療回数3~5回程度。
	知覚過敏	薬剤塗布やレーザー照射を行う。重度の場合は神経の治療が必要な場合も。
うずく	歯周病	急性症状（痛みや腫れ）がある場合は応急処置を行い、必要に応じて治療を進める。
	歯髄炎	歯の神経が炎症を起こしている状態。神経の処置が必要。 早急に受診を。
	根尖病変	根の先に膿が溜まった状態。根の治療が必要。 早急に受診を。
割れた	歯の破折	部位や割れ方によって治療方法が異なる。 痛みがある場合は早急に受診を。
欠けた	被せ物の離脱	歯に異常が無い場合は当日中に再装着できる可能性あり。 痛む場合は早急に受診を。

※痛みや腫れといった急性症状がある場合には、**早急に受診することをお勧めします。**
※上記に記載のない症状でも気になる場合、**心配な場合は歯科医院に相談しましょう。**

口腔ケアは感染予防の点からも重要！

新型コロナウイルス対策としてのエビデンスはまだ十分でないものの、**口腔内を清潔に保つことは様々なウィルスへの感染を防ぐことにつながるとして有効とされています。**インフルエンザウィルスは全般的に、口腔内の細菌が出すタンパク分解酵素によって鼻や口の粘膜のレセプターに付着し増殖するといわれていますが、今回の新型コロナウイルスに関しては舌の粘膜に多く存在するレセプター（受容体）に付着しやすく、そこに口腔内細菌が作用することで更に増殖を促進するという報告があります。マスク、うがい、歯磨き、舌の清掃は、しっかりやっておいて損はない、ということは間違いのないようです。

3~4か月に一度はプロの点検を。

大人の口の中にはおよそ300~700種類の細菌が生息しているといわれます。保有する菌の数は、**歯を良く磨く人：1000~2000億個、あまり磨かない人：4000~6000億個、ほとんど磨かない人：1兆個！**

寝起きの口の中の菌の数は10gの糞便と同じ（菌の種類は違いますが）と歯科衛生士さんから聞きました。寝る前にしっかり磨いても寝ている間に菌が増えてしまいます。歯を磨かずに朝食を食べてしまうと**菌と一緒に飲み込んでいるのと同じ！！**誤嚥してしまうと肺炎を起こす可能性もあります。自身では磨けない隙間やケアが足りないところを定期的に歯科で点検してもらいましょう！！

※参考：「新型コロナウイルスで歯科受診を迷っている方へ」山道歯科医院、「感染リスクが高い！？」コロナ禍の歯科はなぜ危険すぎる理由 28Clinic、「お口の中は細菌がいっぱい」日本訪問歯科協会