

かしまだ包括 虹便り 第50号

- ・シリーズ「教えて！歯医者さん」～歯科医院の感染対策～
- ・熱中症を予防しよう！！

「教えて！歯医者さん」～歯科医院の感染対策～

突然ですがクイズです。30代の方の何%ほどが
歯周病にかかっていると言われていたのでしょうか？

①40～45% ②60～65% ③80～85% ※答えは下へ

新型コロナウイルスの流行で緊急事態宣言が出され、
歯科通院を中断したままの人は多いようです。
そこで、歯科医院の感染対策を地域の歯医者さんに
きいてみました。私たち、かしまだ包括から
ほど近くで開業されている宮坂歯科医院の院長
宮坂先生にお答えいただきました。



宮坂院長より

「歯科医院は元々滅菌のプロ、患者さんに触れる
部分の器具器材を滅菌するのは当たり前です。
新型コロナ対策としては**飛沫感染対策**を加えました。
以前からお馴染みの**口腔内バキューム**と、政府が
支援して普及した**口腔外バキューム**、**空気清浄機**が
それです。また予約時間の間隔を長くして待合室が
密にならないようにし、**院内をこまめに消毒**し、
患者さんにも入口で**手指消毒**して頂く等、
感染予防に努めています。実際にこの3年間、
歯科医院でクラスターは一件も発生していません。」



宮坂院長

この3年の間にお口の中では虫歯や歯周病が進行し、
もしかすると重症化しているかも知れません。
上記クイズの答えは③。30代の方の実に80～85%が
歯周病と言われています。皆さんも歯科医師の検診を
受けましょう。急げ！歯医者さんへ。



【熱中症を予防しよう！！】

今年も暑い季節がやってきました。
毎年のことながら真夏の厳しい暑さには慣れないものです。
改めて、熱中症予防・対策についておさらいしましょう！

4割が
屋内で
発症！

熱中症は、気温や湿度などの環境条件のほかに、体調や暑さに対する慣れなども影響して発症します。また屋外だけでなく屋内でも発症の危険があります。

こまめに休憩



涼しい服装



日傘・帽子の活用



のどが渇く前の こまめな水分補給

汗をかいたときには塩分の補給も忘れずに

目安は
「1時間にコップ1杯」



温湿度に気を配る

室内では室温が28℃を超えないようにエアコン等を活用しましょう

基準は
温度25～28℃
湿度50～60%



マスクを外そう

マスクをしていて暑さを感じる場合は、適宜マスクを外しましょう。特に運動時には、忘れずマスクを外しましょう。



日頃からの暑さに備えた体づくりと体調管理が大切です。
皆さんも熱中症対策をして
これからの暑い夏を乗り切っていきましょう！

※熱中症予防普及啓発リーフレット（川崎市作成）を参考にさせていただきました



かしまだ地域包括支援センターのご案内

- * 高齢者とそのご家族の総合相談窓口（無料）です。
- * 来所、電話、訪問による相談をお受け致します。
- * 秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

相談時間 月曜日～土曜日 9：00～17：00まで

〒212-0027 川崎市幸区新塚越201ルリエ新川崎6階

TEL：044-540-3222

（鹿島田駅前のマルエツが入っているビルの6階です）

担当地域
北加瀬・矢上
鹿島田・下平間
古川町・新塚越