

看護ニュース

インフルエンザ対策は

歯磨きも重要！



インフルエンザ対策として

「手洗い」「うがいの徹底」や「マスクの着用」などはよく言われることだが、意外にも「歯磨き・口腔ケア」が予防効果を高めることは、あまり周知されていない。

口腔内の細菌はインフルエンザウイルスを粘膜に侵入しやすくする酵素を出すため、口腔を不潔に保っているとインフルエンザに感染しやすくなる。また、歯周病による炎症もウイルス感染を促進させる。「口腔ケアによるインフルエンザ予防は、特に死亡率の高い高齢者で有効である可能性があります」。

さらに、インフルエンザウイルスは口腔内雑菌の出す（NA）という酵素を介して増殖する。タミフルやリレンザなどはNAの働きを妨げることでウイルスの感染拡大を防ぐ抗インフルエンザ薬だ。

「NAを介してインフルエンザの感染は拡大します。口腔ケアを行い、口腔内雑菌を減少させることで、口腔内雑菌が産生するNAの発生を少なくすれば、インフルエンザ感染を抑制できる可能性があります」と、落合邦康・日本大学歯学部細菌学講座教授は言う。

口腔ケアがインフルエンザ発症率を10分の1に減少

研究チームは、歯垢に含まれる細菌がNAを作り出し、ウイルスの増殖を助けることを過去の研究で突き止めた。

インフルエンザウイルスに感染させた細胞に細菌の培養液を加えると、細胞からのウイルスの放出量が20倍以上に増え、リレンザやタミフルを投与してもウイルスの放出量は抑えられなかったという。

奈良県歯科医師会の調査で、介護施設で歯科衛生士が高齢者に対しブラッシングや舌磨きの指導を実施したところ、通常の歯磨きをしていた施設に比べてインフルエンザ発症率が10分の1に激減することが示された。

インフルエンザ流行の予測が困難になっており、薬剤耐性ウイルスの問題も深刻化している。ワクチンや薬剤によらない新たな感染予防および重症化対策が求められている。

高齢者では口腔内の雑菌に対する防御策が低下している傾向があることが、インフルエンザ対策の難しさを助長させているという。

出典：保健指導リソースガイドより

by比田ちゃん

