

新型コロナウイルス

昨年末に中国・武漢で確認された新型コロナウイルスが今世界中で猛威をふるっています。コロナウイルスは風邪のウイルスです。

今回の新型は感染力が非常に強いのですが、感染者のうち約8割の方は症状が軽いため、感染していても気づかず感染を拡げてしまうことが問題とされています。しかし残りの2割の方は症状が重く急速に状態が悪化していると言われています。現時点では有効な抗ウイルス薬等の特異的な治療法はなく、感染を拡大させない為の対応を行うことが第一となっています。今年7月に開催予定だった東京オリンピックも来年への延期が決まりました。

睡眠不足は免疫力を下げってしまうという研究結果もあります。休校やテレワーク等の措置により自宅で過ごす時間が増えると今までの生活と時間がずれてしまう為に生活リズムが乱れてしまうこともあります。さらに、口腔内状況の悪化が感染リスクを高めてしまうので、お口のケアも忘れずに行いましょう。こんな緊急事態の時だからこそ、ひとりひとりが自分にできる予防を行い、心に余裕をもって過ごしましょう。



付け方



外し方



医療用グローブには正しい外し方があります。感染部分を触ったグローブの表面に触らないように外すすぐに捨てましょう。グローブを外した後は手を洗いましょう。



今回は私もお答えします!

コロナウイルスにはアルコール消毒が有効です。トイレなどに手指用のアルコール消毒液が置かれていることがありますが、濡れた手にアルコール消毒をしても手について水分でアルコールが薄まってしまいほとんど効果が出ません。しっかり手を乾かしてから使用しましょう。使う量も少量だと効果が出ません。1プッシュ(2~3ml)が適量です。ジェルタイプも同様です。



現在、アルコール消毒液が不足していますが、正しい手洗いを行えば十分な効果があります。しっかりと石けんを泡立てて、手の平、甲、指、指の間、爪と全体を30秒以上かけて洗いましょう。帰宅した時、調理や食事前、トイレ後などこまめに手を洗いましょう。

あとがき
連日、新型コロナウイルスが報道されています。難しいとは思いますが正しい情報を見極めて落ち着いて行動しましょう。今の不安な気持ちは9年前の東日本大震災の時とどこか似ているような気がします。自分のためにも他人のためにも自分ができる思いやりのある行動をしましょう。

発行 令和2年4月1日
たむら歯科医院
岩手県花巻市南城 27-13
担当：千田 テザイン：菊池

休診日のお知らせ

4月	5月
2日(木) 午後休診	7日(木) 午後休診
8日(水) 午前休診	14日(木) 午後休診
9日(木) 午後休診	21日(木) 午後休診
16日(木) 午後休診	26日(火) 午前休診
23日(木) 休診	28日(木) 午後休診
30日(木) 午後休診	

予定は変更になる場合がございます。H10にも掲載しておりますので、そちらでもご確認ください。

5/3~5/6の連休中、花巻保健センターで休日歯科診療行います。

4月~6月は、学校歯科健診の為休診になる事があります。