

インフルエンザ警報発令

年末からインフルエンザが大流行しています。一番大きな理由はここ数年、新型コロナウイルスの流行期にインフルエンザの大きな流行がなかったことだと言われています。体内に免疫をもっている人が少なくなっているため、今年は感染者が例年より急増していると言われます。



インフルエンザは、ウイルスが鼻やのどの上気道などの粘膜に感染して起こります。そもそも、冬は空気が乾燥することでウイルスが広がりやすくなり、さらに、のどや気管の粘膜の防御が弱まるので、こうした要因が重なって感染が広がっていると考えられます。

こまめな手洗いやうがい、また水分補給をし、ウイルスが体内に入らない対策と、しっかりとした食事と睡眠で免疫力を高める対策を心がけましょう。

殺菌水

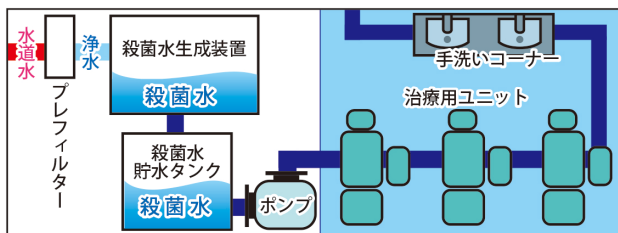


Sterilized Water

感染予防
患者様に安心して
受診していただけますよう、
感染対策には細心の注意を
払っております。

当院では、診療室全体に殺菌水を使用しています。ほとんどすべての細菌・ウイルスが殺菌されますので、安心して治療を受けていただけます。

※水道水と比べて多少、臭い・味がありますが、保健所からの水質調査でも大変安全である事が証明されています。



休診日のお知らせ

2月



6日(木) 午後休診
13日(木) 休診
20日(木) 午後休診
27日(木) 休診

3月



6日(木) 午後休診
13日(木) 休診
27日(木) 休診

予定は変更になる場合
がございます

タバコの煙の中には、約 4,000 種類の化学物質が含まれ、そのうちの約 200 種類が有害物質で、発がん物質が約 70 種類と言われています。その影響としてお口だけでも、歯周病、口腔癌、歯の黄ばみや着色、口臭、歯ぐきの黒ずみが上げられます。

紙タバコによる健康被害が懸念され、紙タバコから他の嗜好品に乗り換える人は年々多くなっていますが、それぞれにリスクはあるので気をつけましょう。

紙タバコ 	・タバコ葉を燃焼させてその煙を吸い込むことでニコチンを摂取する。 ・ニコチン、タール、一酸化炭素などの多量な有害物質が生成。 ・肺や心臓、血管に深刻なダメージを与え、肺がん、心血管疾患、慢性閉塞性肺疾患などの病気を引き起こす主な原因。 ・受動喫煙のリスクあり。
加熱式タバコ (iQOS 等) 	・煙ではなく「水蒸気」を吸う。 ・火ではなく、熱を加えてニコチンを発生させる。 ・紙タバコに比べ、タールや一酸化炭素などの有害物質の生成量は減少。 ・口腔内や肺、心血管系に対するリスクあり。 ・副流蒸気も発生するため、受動喫煙を回避することは難しい。
電子タバコ (VAPE 等) 	・リキッドを加熱して気化させ、その蒸気を吸引する。 ・日本製の電子タバコは、ニコチンが含まれていない。 ・燃焼を伴わないため、タールや一酸化炭素が発生しない。 ・他のタバコに比べて健康へのリスクは低いとされている。 ・加熱された際に、有害な化学物質が生成される可能性あり。
水タバコ (シーシャ等) 	・タバコ葉に香料などを加えたものを燃やし、水にくぐらせた煙を吸う。 ・紙タバコよりもニコチンやタール濃度は軽減できるものの、セッション時間が長いことから摂取量は紙タバコ同等以上になる場合もある。 ・加熱時に発生する一酸化炭素などによる健康リスクがある。 ・タバコ葉を使用しないノンタール・ノンニコチン素材の選択も可能。

口腔粘膜は吸収が速く、タバコの有害物質も毛細血管から全身に行き渡ります。血管収縮が起こること出血が見られず歯周病の発見が遅れ重症化していきます。禁煙するに越したことはありませんが、喫煙者の方には、より定期的な歯のクリーニングと検診をおすすめします。

