

令和3年5月13日（木）配信

## 飛沫が飛び散らない方法で歯みがきをしましょう！ 新作動画『ウィズコロナ時代の歯のみがき方』を公開

日本歯科医師会ではこのほど、動画「ウィズコロナ時代の歯のみがき方 口を閉じてみがきましょう」をホームページ内の「日歯 8020 テレビ」に掲載しました。同テレビは、歯と口の健康の重要性などを5～7分程度の動画で啓発する番組です。

新型コロナウイルス感染症が猛威を振るっている昨今、唾液による飛沫感染のリスクの高さが指摘されており、歯みがきやうがいをした際に出る飛沫による感染を心配する声もあることから、歯みがき時に飛沫がどのくらい飛ぶのか、チリやホコリが無いクリーンルームで実験した様子を本動画で紹介しています。

その結果、口を開けて、特に上の前歯の裏側をみがいた時に大量に飛沫が出ましたが、口を閉じて歯みがきをした際は、同じようにみがいても飛沫は飛び散りませんでした。

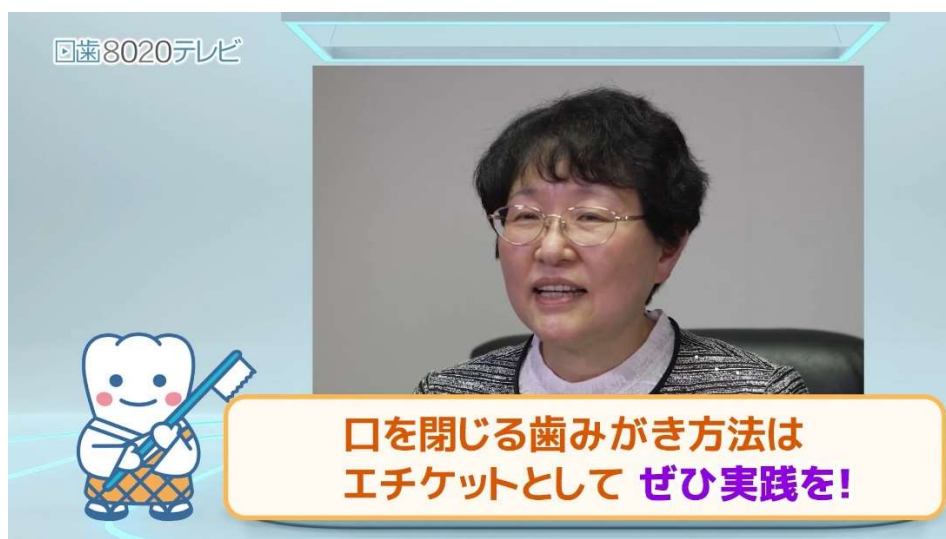


口を閉じて歯みがきをした場合（右）は飛沫が飛び散らなかった

本動画を監修した日本歯科医学会連合副理事長の川口陽子氏は、唾液飛沫が飛ばないように口を閉じて行う歯みがき方法は、生活におけるエチケットとして新型コロナの時代が終わっても実践することが重要であると説明しています。

また、同氏は、学校や職場において集団で歯みがきを行う場合には、歯みがきの時間が重ならないように注意し、人との距離を保つこと、会話をしながら歯をみがかないように注意することを呼びかけています。

動画ではその他、ハブラシ選びや歯みがき後の口のゆすぎ方のポイントも紹介しています。



ウィズコロナ時代の歯みがき方法について説明する川口副理事長

■動画URL 「ウィズコロナ時代の歯のみがき方 口を閉じてみがきましょう」(4分59秒)

・日本歯科医師会 HP「日歯 8020 テレビ」

<https://www.jda.or.jp/tv/99.html>

・日本歯科医師会公式チャンネル

<https://www.youtube.com/user/dent8020>

.....