

患者さんにご家族の皆さんへ



患者さんにご家族が新型コロナウイルスに感染しないために

基礎疾患、特に呼吸器系の病気にかかっている方は、重症になる可能性が高いとされています。患者さん、患者さんのご家族（介護者）がウィルスに感染しないために、口腔ケアの時や日常生活において気を付けてほしいことをまとめました。

1. こまめに口腔ケアをしましょう

感染予防のために、1日に2回は歯磨きをしましょう。お口の体操をして、唾液をたくさん出して、洗い流しましょう。



2. 口腔ケアをするときは、ご家族（介護者）は、マスクを着用しましょう

ウィルスは唾液を介して周りの人に感染します。口腔ケアをして差し上げるときは、ご家族とお子さんとの距離が近くなります。お声掛けする際に、ご家族の唾液がお子さんに飛散する可能性があります。感染を防止するために、マスクの着用をしましょう。

3. 口腔ケアをするときは、お子さんの唾液が飛ばないように気を付けましょう

歯磨き前に口をすすぐ（洗口する）と唾液中のウィルスや菌は少なくなります。強い力で歯磨きをすると、唾液が口のそとに飛散します。「優しく丁寧に」を心がけましょう。



4. 栄養バランスの良い、規則正しい食事を心がけましょう

家にいる時間が長くなり、食生活が不規則になりがちです。食事やおやつ時間を決め、バランスの良い食事により、免疫力、抵抗力を高め、楽しく食事をしましょう。食後は歯磨きで、お口の健康を保ちましょう。



5. 体を動かしましょう

体の機能を維持するためにも、ご自宅でできる運動はなるべく続けましょう。ご家族とのお散歩なども、人の集まらないところを選んで、続けましょう。

6. 家にいましょう

毎日の体温を測り、体調を記録しましょう。できるだけ毎日の習慣を守りましょう。ストレスをためないように、前向きに、生活を楽しみましょう。



7. 外出先から戻った時には、手洗い・口腔ケアをしましょう

ウィルスを持ち込まないように、外にいるときは距離を保ちましょう。ウィルスを持ち帰らないように、外出先での消毒、帰宅時の手洗い、お口の清拭、うがいを十分に行いましょう。

口腔ケア担当の皆さんへ

利用者さん、介護担当者が新型コロナウイルスに感染しないために

基礎疾患、特に呼吸器系の病気を過去に経験または、罹られている方は、重症になる可能性が高いとされています。利用者さん、介護担当者がウィルスに感染しないために、口腔ケアの時に気をつけてほしいことをまとめました。

1. お子さん、利用者（メンバー）さんの口腔ケアをするときは、ケア担当者は、グローブ、マスクを着用しましょう

ウィルスは唾液を介して周りの人に感染します。

口腔ケアの際には、グローブをしましょう。

口腔ケアをする際は、お子さん、利用者（メンバー）さんとの距離が近くなります。お声掛けする際に、ケア担当者の唾液が利用者（メンバー）さんに飛散する可能性があります。さらに、利用者（メンバー）さんからケア担当者への感染を防止するためにも、マスクの着用をしましょう。

2. お子さん、利用者（メンバー）さんの口腔ケアをするときは、唾液が飛ばないように気を付けましょう

強い力で歯磨きをすると、唾液が口の外に広く飛散します。優しく丁寧に心をかけましょう。

3. 歯ブラシの手入れの際には、静かに水を流しながら行いましょう

歯ブラシの手入れをする際も、歯ブラシについての唾液が飛散しないように、静かに水を流しながら行いましょう。

