

# A3-12

## オーラルケアで感染症予防？コロナ禍でのニューノーマルなオーラルケアのススメ

城 隆太郎（ライオン株式会社 オーラルケア研究所）

皆さんは、感染症予防のために普段からどのような行動を心掛けていらっしゃいますか？

新型コロナウイルス感染症の流行（コロナ禍）を受け、感染症予防への意識が高まっています。感染症にかかるのを防ぐために、みなさんも手洗い・消毒やうがいをしたり、マスクを着けたり、大勢での食事を避けたりなどいろいろな工夫をされていらっしゃると思います。ライオンで実施した調査でも、半数以上の方がコロナ禍になって手洗いやうがいの回数を増やしたと回答しています。感染を防ぐ行動としては手洗いなどが一般的ですが、近年の研究結果から歯みがきなどのオーラルケア行動も感染症予防に効果がある可能性が明らかとなっています。本報告ではこれまでに分かってきた「感染症とオーラルケアとの関係」について、主に下の2点についてライオンでの最新の研究内容も含めてご紹介します。

### 1. 歯みがきなどのオーラルケア行動と感染症罹患の関係について

オーラルケアと感染症の関係については、これまでに歯科衛生士による専門的な口腔ケアにより、インフルエンザ等の発症が抑制されることが報告されています。また、お口の中を清潔に保つことで、唾液の中に含まれるIgAと呼ばれる細菌やウイルスを取り除く抗体の働きが高まり、本来自分自身が持っている免疫機能を発揮しやすくなるということも言われています。そのため、お口をきれいに保つことは、感染症の予防につながるのではないかと考えられていました。しかし、歯みがきなどの日常でみなさんが行っているオーラルケア行動と感染症との関係に関する報告はこれまでありませんでした。そこで私たちは成人を対象に Web でのアンケート調査を行い、オーラルケア行動と風邪症状の発症（有訴）との関係解明を試みました。報告の中では、①歯みがきの回数を増やすと風邪を引きにくくなるのか②いつ歯みがきするのが良いのか③他の行動（睡眠・食事など）と比較した歯みがきの重要性についての解析結果をご紹介します。

### 2. 歯みがき時に飛沫が発生しにくいコロナ禍でのニューノーマルな「口閉じ歯みがき」について

歯みがきを習慣的に行うことはムシ菌など予防するためにとっても重要ですが、口を開けて歯みがきをした際には口から唾液の飛沫が飛んでしまうことがあります。これらの飛沫が新型コロナウイルス感染の原因になったのではないかという報道もあり、学校や職場など公共の場で歯みがきをすることを控えている方もいらっしゃいます。日本歯科医師会ではコロナ禍において公共の場でのおすすめの歯みがき方法として、飛沫の発生しにくい「口閉じ歯みがき」を推奨しています。本報告ではその「口閉じ歯みがき」の効果について、歯みがき時の飛沫をレーザーにより可視化して検証した結果と、「口閉じ歯みがき」時の歯垢の除去効果について検証した結果をご紹介します。

- 1) 奥田ら、老年歯学 (2009) 24, 85-90.
- 2) 城ら、第 81 回日本公衆衛生学会総会 (2022)
- 3) 日本歯科医師会 HP <https://www.jda.or.jp/corona/Oral-care-Immunity.html>
- 4) 日歯 8020 テレビ <https://www.jda.or.jp/tv/99.html>
- 5) R. Jo, *et. al.*, J Oral Sci. (2022) 64, 198-201.

### PROFILE

城 隆太郎（ライオン株式会社 オーラルケア研究所 副主任研究員）

2010 年、広島大学大学院先端物質科学研究科を修了。同年、ライオン株式会社に入社。2021 年、九州大学歯学府博士課程（社会人特別選抜）を修了し、博士（歯学）を取得。入社後は口腔細菌叢に関する疫学研究・制御技術開発、およびオーラルケア行動と感染症に関する調査・研究に従事。これまでに、乳幼児期の口腔細菌叢形成への両親の口腔細菌の影響や、口閉じ歯みがきによる飛沫発生抑制効果などを明らかとし、歯科分野の学会、論文等で報告を行っている。