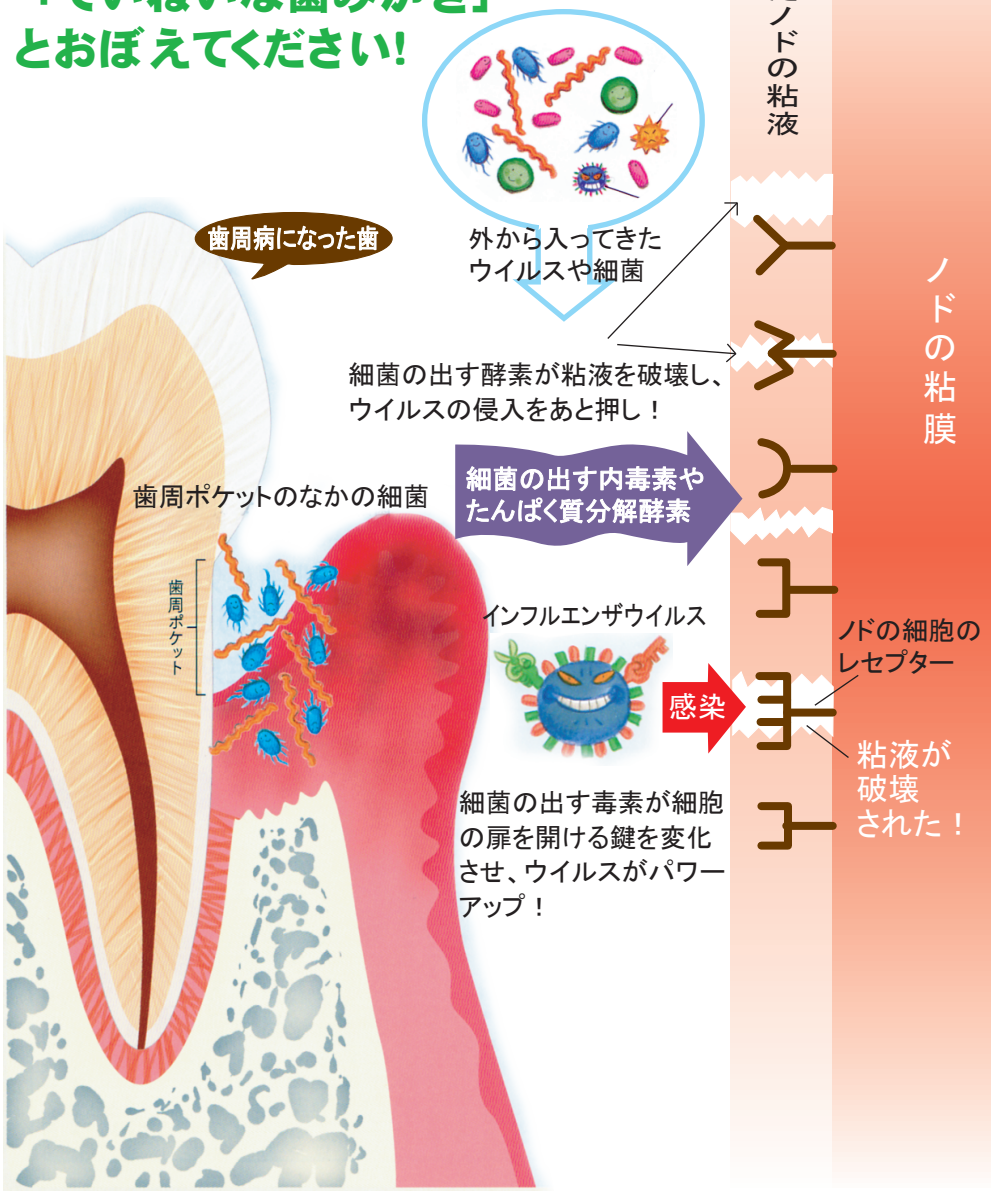
お口を清潔にして感染症対策！
～風邪もインフルエンザも？！～

皆さんは、ご自分のお口にたくさんの細菌が棲んでいるってご存知ですか？
じつはこの細菌たち、とても凶悪でむし歯や歯周病を引き起こすだけでなく、
風邪やインフルエンザが体に入り込む手助けまでする事が分ってきました。
歯みがきをさぼっているとインフルエンザにかかりやすくなってしまうんです。

お口の中は細菌の巣窟

いつも歯みがきを丁寧にしている人でも、歯や舌、粘膜などにいる細菌を合計すると100億個にも達します。
歯みがきを怠っている人の場合、なんと1、000億個もの細菌がお口の中にいるんです。

感染症の予防には手洗い・うがい、栄養と睡眠、そして「ていねいな歯みがき」とおぼえてください!



歯周病の毒素はインフルエンザの強力サポーター?!

なぜ細菌が多ければ風邪やインフルエンザにかかりやすくなるのでしょうか？
どうやら細菌の出す毒素や酵素がウイルスの誘導役をしているようなのです。

プラークを減らし感染症を防ごう！

お口の中の細菌を減らすだけで、風邪やインフルエンザにかかりにくくすることができます。日頃のていねいな歯みがきと歯科医院で受けるクリーニングで、怖ろしいお口の細菌から身を守り、元気に過ごしましょう。