

お口の健康は全身の健康に関係します

～いつまでも元気においしく食べるために～

千葉県では、誰もが生涯を通じて歯・口腔^{こうくう}の健康を維持できる環境の整備を推進しています。年齢とともに歯周病や口の乾燥、歯を失うなどのお口のトラブルが増えてきます。特に、40歳代以降は歯周病で歯を失う人が多くなります。今、お口にトラブルがなくても、将来自分の歯でしっかりと噛んで食べることができるよう、日頃から歯磨きと一緒に歯間ブラシやフロスを使い、定期的に歯科検診を受けましょう。

入れ歯が
合わない

歯ぐきが
腫れている

歯が痛い

こんな症状に悩んでいたなら歯医者さんに相談しましょう

口臭
口の汚れが
気になる

食べこぼし
むせが
気になる

誤嚥^{ごえん}による
発熱を
繰り返す

高齢になると飲み込む力が弱くなり、気がつかないうちに食べ物のカスや唾液が誤って肺に流れこむことがあります。この状態が続くと、肺炎^{びんえん}（誤嚥性肺炎と言います）になってしまうこともあります。

誤嚥性肺炎は口の中が汚れた状態で特に発症しやすいので、口腔ケアが重要です。

寝たきりの方のお口にトラブルが見つかったり、上の図のような症状があった場合には、自宅に歯医者さんが訪問して治療や口腔ケアを行う制度があります。千葉県では下記「在宅歯科医療連携室」で、在宅でのお口の治療などの相談を行っています。



在宅歯科医療連携室 TEL 043-241-8020 / Fax 043-241-8218

月曜日～金曜日(祝日・年末年始を除く) 受付時間 10:00～16:00(千葉県歯科医師会に委託)

お問い合わせ 千葉県健康福祉部健康づくり支援課 TEL 043-223-2671

腸管出血性大腸菌 (O157など) 感染症にご注意を!

夏場に入るとO157などの腸管出血性大腸菌感染症の患者が多く報告されます。

腸管出血性大腸菌に関する予防のポイントをよく知って、感染しないようにしましょう。

○腸管出血性大腸菌の特徴及び症状

特 徴

◎牛などの動物の腸管内に生息しています。

◎O157や、O26、O111、O128、O145といった血清型、人の体内で産出するVERO（ベロ）毒素により、さらに細かく分類されます。

◎感染力が強いため、家族や、周りの方への二次感染が起きやすいことが問題となっています。
※平成26年度には県内でも、学校や介護保険施設等での感染が確認されています。

症 状

◎潜伏期間：2～14日（2～5日が最も多い）

◎症状：水様性の下痢や血便、発熱、嘔吐。合併症として溶血性尿毒症症候群（HUS）を発症する場合があります、重篤な場合には死に至ることもあります。

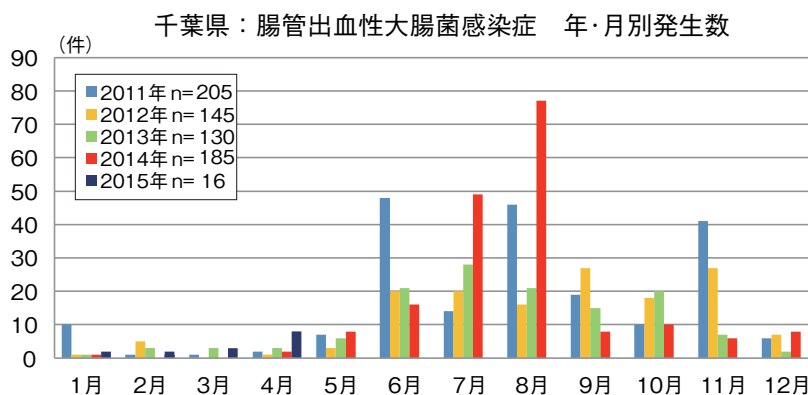
○腸管出血性大腸菌の感染を予防するポイント

◎飲食の前には感染を防ぐために、かならず手を洗いましょう。

◎肉を調理する場合は、生肉を扱う箸と焼けた肉を扱う箸を必ずわけましょう。

◎腸管出血性大腸菌は加熱に弱いので、肉類は中心部まで十分に加熱してから食べましょう。

◎牧場などで動物・柵・土に触れた後には、かならず手を洗いましょう。



水様性の下痢や血便などの症状がある場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

お問い合わせ 千葉県健康福祉部疾病対策課感染症予防班 TEL043-223-2691 (直通)