



ウイルスに感染しない、させない歯みがきの新常識

歯みがきの習慣は古代エジプトの時代にもあったと言われ、日本では、江戸時代末期には多数の歯磨剤が売られていました。お口を清潔に保つことは、昔から大切な事として根付いていたのです。今はむし歯、歯周病、口臭予防のために歯みがきをする人が多いと思いますが、実はウイルスから身を守るためにも歯みがきは大切なのです。お口は新型コロナウイルスの増殖部位である可能性があり、生体内へ侵入するのに必要な分子が口腔粘膜、唾液、舌苔にあるため、新型コロナウイルスの感染の入り口になることが示されました。近年インフルエンザウイルス対策としてお口のケアが大切であることは周知の事実であり、特に唾液中にはインフルエンザウイルスや新型コロナウイルスをブロックするIgA抗体が認められ、感染を予防している事がわかっています。そして、このIgAが効果的に働くには、お口が清潔であることが大事なのです。また、歯みがきの際に一般的に使われる歯

磨剤には、発泡剤としてラウリル硫酸ナトリウムなどの界面活性剤が含まれていますが、歯磨剤に広く使われているこれら複数の成分が、新型コロナウイルスの生体への結合や侵入をブロックする可能性が明らかになりました。さらに、IgAの活性には影響を与えないことから、これらの成分は生体の持つ免疫機構を阻害しないことも分かりました。このように、お口に侵入してきた新型コロナウイルスは、歯磨剤を用いた歯みがきで感染を予防できる可能性があります。また、すでにお口に感染している新型コロナウイルスの量を、歯磨剤を用いた歯みがきで減らせることも期待されるのです。歯磨剤を用いた歯みがきは、むし歯、歯周病の予防と同時に、科学の力によりウイルス感染対策という新しい役割が見いだされたと言えるでしょう。歯みがきは誰でも気軽にできる、健康のための第一歩なのです。

(東久留米市歯科医師会)