

インフルエンザ

ノロウイルス

誤嚥性肺炎

# お口のケアで予防しましょう

口腔内にたまった細菌を減少させ、  
お口の中を清潔に保つことでインフルエンザなどの  
感染症や誤嚥性肺炎の予防につながります。



増殖する細菌を減らすには



## 歯科医院でのプロケア

プロによる  
術者みがき



歯石や汚れの除去



専用機器による  
歯面清掃



## ご家庭でのケア



うがい



手洗い



歯みがき



舌みがき



入れ歯の手入れ

