







自分のために、みんなのために、 「新しい生活様式」を

感染症のまん延を防ぐため、何より重要なのは、一人ひとりの心掛け。国の専門家会議で示された「新しい生活様式」は、新型コロナウイルスとの共存を前提にした行動・対応です。ここでは、主な具体例を紹介します。

<p>接触感染を防ぐ</p> 	<p>密閉を防ぐ</p> 	<p>咳エチケット</p> 
<p>こまめに手洗い せっけんで30秒</p>	<p>こまめに換気 30分に1度を目安に</p>	<p>マスクを着用 熱中症にもご注意ください</p>
<p>無理をしない</p> 	<p>飛沫の距離は約2m</p> 	<p>健康な体をつくる</p> 
<p>体調不良の時は自宅待機 体温測定や健康チェックを行う</p>	<p>会話や食事は十分な距離を できるだけ2m空ける</p>	<p>免疫力を高める 睡眠・栄養・運動が大切</p>

新型コロナウイルス感染症に関する電話相談窓口

【愛知県の相談窓口】

- ・愛知県感染症対策局 感染症対策課 感染症グループ
☎052(954)6272 受付時間：午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日も実施)
- ・愛知県津島保健所
☎(26)4137 受付時間：平日 午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)

【厚生労働省 電話相談窓口】

- ☎0120-565653 FAX 03(3595)2756
受付時間：午前9時～午後9時(土・日曜日、祝日も実施)

【帰国者・接触者相談センター】

- * 体調に不安を感じた場合はご相談ください。
- ・愛知県津島保健所 ☎(24)6999 受付時間：平日 午前9時～午後5時
(夜間、土・日曜日、祝日もオンコール(24時間)体制)



歯の健康講座

歯がズキズキ痛い時

「歯が痛い」といえば、う蝕(むし歯)、歯周病や親知らずを思い浮かべると思います。ほとんどの場合は口腔内を診ることで、原因が分かり、診断がつかます。

しかし、お口の中に明らかな原因が見当たらないこともあります。「歯が痛いのは歯が原因」と思いがちですが、痛みを感じる部位に痛みがあるとは限りません。そんなケースでは歯(口腔)以外の原因を考えることになります。

痛みは①身体疾患による痛み②神経障害による痛み③精神疾患による痛みに分けられます。

- ① 身体疾患による痛みとは、外傷でけがした時の痛みで、いわゆるキズにあたります。これは口腔内というところ、う蝕(むし歯)や歯周病による腫れ等になります。

- ② 神経障害による痛みとは、腕が切断され、なくなっても腕が痛く感じる痛み(幻肢痛)です。三叉神経痛や外科処置による神経損傷によって起こるものです。

- ③ 精神疾患による痛みとは、身体には異常がないにもかかわらず痛みを訴えるケースです。

身体疾患による疼痛であれば、診断がつけば治療されることとなります。このように歯や歯ぐきが原因であるいわゆる「歯が痛い」ではなく、歯科的原因とは全く異なる原因であることがあります。歯科で調べても原因が分からず、痛み止めもほとんど効かず、耳鼻咽喉科や内科で調べても原因が不明の痛みもあります。

頭痛、肩こりに伴う歯の痛みを経験された方もあるでしょう。これは痛みの発生部位(原因部位)と、痛みを感じる部位が異なることで出る症状です。

このように「歯が痛い」といって、口腔外に原因があるケースは多くはありませんが、決して歯痛は治って当たり前ではなく、様々な原因が考えられるため、患者さんとの十分に話し合い、納得してから治療を受けることで、治療のストレスを軽減し、正しい診断に結びついていきます。

(海部歯科医師会)