

# 風邪・インフルエンザ・肺炎予防には



手洗い



うがい



口腔ケア



介護保険に『口腔ケア』が新設されました。

口腔ケアをすると、インフルエンザが身体に侵入しにくくなります。(新予防法！発症率10分の1に)

Professional oral care reduces influenza infection in elderly Abe et al



対照群は口腔清掃群と比較して有意にインフルエンザの発症者が多かった。

\*P<0.01 (Fisher's exact test)