

# Yoshida Dental NEWS

2021

7,8

## 特集

## マスク生活と正しい鼻呼吸を



新型コロナウイルスにより、今までの生活から大きく変わってしまいました。ワクチン接種も始まり少しずつ以前の生活に戻ることを期待したいのですが、エチケットやマナー・感染拡大の対策として、マスク着用の生活はまだ当分続くと思われます。

今回は、**アフターコロナに向けての注意点**についてお話します。

### 口呼吸による弊害

マスクをすることで鼻呼吸がしづらくなり口呼吸になってしまうケースがあります。口呼吸の悪影響として、以下のようなものが挙げられます。

1

乾燥により自浄作用が減り、口臭や虫歯、  
歯周病菌の原因菌が繁殖



2

細菌やウイルスが直接気管支まで届き  
感染症のリスクが高まる



3

口唇周囲筋と舌のバランスが崩れ、  
歯並びが悪くなる



さらに、マスク生活になることで表情を作る機会が減り、唾液腺への刺激が減ることで口腔内が乾燥してしまいます。マスク生活により、口腔内・全身にとって様々な悪影響が起こることがあります。



**アフターコロナに向けて、マスク生活と正しい鼻呼吸を心がけていきましょう。**

## 📷 インスタグラム開設

7/1、当院のインスタグラムを開設・公開しました！

ホームページでは当院の特徴等を掲載しておりますが、インスタグラムでは**更に細かい情報や医院の日常、器材・ケアグッズのご紹介**などを発信していきたいと思っています。

是非フォローして頂き、情報を手にして頂ければと思います👍



## 📞 LINE公式アカウント登録のお願い

当院では、LINEを利用したスマホ診察券の運用を行っております。

また、ご予約の日時前にはメッセージを自動送信し、**うっかり予約忘れを防止**しております。

まだ登録が済んでない方は、この機会に是非ご登録ください。

登録については、受付までお気軽にお声掛けください。



## RECENT NEWS



**当院横の駐車場が新しく生まれ変わりました！**  
身障者用も含めて4台と駐輪場も新しくなっております。



## 🏢 医療法人社団 吉田歯科口腔外科

〒042-0932 函館市湯川町1丁目30-8

TEL 0138-59-3918

受付時間 9:00～12:00 / 14:30～18:00

休診日 年中無休(年末年始は除く)

※受付 土曜・日曜・祝日は16:30まで

<https://www.ydos.com/>