

# 患者さんをご家族の皆さんへ



## 患者さんをご家族が新型コロナウイルスに感染しないために

基礎疾患、特に呼吸器系の病気にかかられている方は、重症になる可能性が高いとされています。患者さん、患者さんのご家族(介護者)がウィルスに感染しないために、口腔ケアの時や日常生活において気を付けてほしいことをまとめました。

### 1. お子さんの口腔ケアをするときは、ご家族(介護者)は、マスクを着用しましょう。

口腔ケアをして差し上げるときは、ご家族とお子さんとの距離が近くなります。お声掛けする際に、ご家族の唾液がお子さんに飛散する可能性があります。感染を防止するために、マスクの着用をしましょう。前後の手洗いも徹底しましょう。

### 2. お子さんの口腔ケアをするときは、お子さんの唾液が飛ばないように気を付けましょう

強い力で歯ブラシで歯をこすると、唾液が口のそとに飛散します。「優しく丁寧に」を心がけましょう。

### 3. 家にいましょう

毎日の体調を記録しましょう。できるだけ毎日の習慣を守りましょう。ストレスをためないように、生活の楽しみを持ちましょう。



### 4. 体を動かしましょう

体の機能を維持するためにも、ご自宅でできる運動はなるべく続けましょう。外出した場合は、人の集まらないところを選んでご家族とのお散歩なども続けましょう。

### 5. 外出先から戻った時には、手洗いを十分にしましょう

ウィルスを持ち込まないように、外にいるときは距離を保ちましょう。ウィルスを持ち帰らないように、外出先での消毒、帰宅時の手洗いは十分に行いましょう。

