

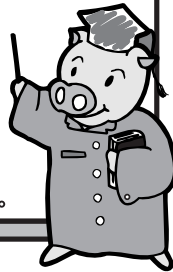
ドライマウス



あなたのお口は大丈夫?

最近、年齢に関係なく、口の渇きや唾液が出ないといったドライマウス（口腔乾燥症）を訴える人が増えています。下の項目に3つ以上あてはまるようでしたら、ドライマウスが疑われます。

- 気がつくとき呼吸している。
- 食べ物の味がしない、味覚が変わった。
- 食べ物が噛めない、うまく飲み込めない。
- 口の中がべたつき、のどが詰まったような感じがする。
- 口の中がカラカラ、ネバネバして水分が手離せない。
- 口臭を強く感じる。
- 舌がひび割れて痛い。
- 舌がからまり話にくい。
- 歯磨きをしていてもむし歯や歯周病になりやすい。
- 常に飲まなければならない薬がある。
- いつも忙しくほっとする時間がなく、飲酒の機会も多い。



ドライマウスの原因は?

ドライマウスは現代病の一種です。原因は主に、年齢が増すことによる機能の低下、高血圧、心疾患、免疫が働かない病気などで薬を飲むこと、ストレス、口呼吸などで起こります。

まずはお口の中の状態を診てもらいましょう!

自覚症状がなくてもドライマウスのことがあります。何でもないからと放っておくと、むし歯や歯周病、口臭なども悪化します。チェック項目にチェックがつく方は、まずは歯科医院で診てもらいましょう。唾液の分泌やお口の水分などは、簡単な検査でわかります。お口の健康は、体全体の健康と深く結びついています。

対応策

- 水分をまめに補給しましょう。
- お口の乾燥を防ぐ保湿剤を利用しましょう。
- 内科の先生と、お薬の種類について相談することも必要です。
- 唾液を出やすくするお口のリハビリトレーニングをしましょう。
- 口呼吸を改善する口腔の筋肉を鍛えるトレーニングをしましょう。
- 夜更かし、深酒、喫煙などの生活習慣を改め、栄養を考えた生活を送りましょう。
- 洗口剤や歯みがき剤も、刺激の少ないものを選びましょう。

KOMIYA DENTAL NEWSLETTER

3 2005年 月号



早いものでもう3月。春です。『花粉症』の方は、今年はさぞやお悩みのことかと思えます。院長をはじめスタッフも、日によっては症状が出て、声が聞き取りにくいかと思えますがご了承ください。

さて、歯科で最近話題となっている疾患のひとつに、裏面に詳しく書いてありますが『ドライマウス』というものがあります。眼科領域で、『ドライアイ』という目が乾きやすい病気があるのを、ご存知の方も多いと思います。この疾患は、あれのお口（くち）バージョンのようなものです。

『ドライマウス』は、さまざまな原因が考えられます。根本的な原因が不明な事もあり、対策としては対症療法（症状に応じた対策）が主となります。かつては人口唾液等が用いられていましたが、しかしこれは、あまり気持ちよいものではなく不評でした。近年になり、保湿成分入りの含嗽剤（うがい薬）や歯磨剤（歯磨きペースト）が、使用感からも好評です。『ドライマウス』ではないかと思われる方は、院長、スタッフにご相談ください。

毎月保険証の提示に御協力頂きありがとうございます。
このニューズレターは当院のオリジナルで毎月発行しています。

☆診療日変更のお知らせ☆

診療日の変更はありません



〒125-0041 葛飾区東金町1-45-2 ハヤシ駅前ビル2F

☎ 03-5699-8888

ホームページアドレス <http://www.wahaha.gr.jp> E-mail dental@wahaha.gr.jp