

あなたやあなたのまわり、口臭、大丈夫ですか？

口臭は、本人やまわりの人が不快に感じる呼気のニオイで、口臭があると自覚がある人は80%を超えるとされます。**口臭の原因は大きく分けて2つ**あります。

1つめは、**内臓など体に原因がある場合**で、消化不良の場合は、食べたものが胃や腸で停滞し、異常発酵することで腐ったような臭いの口臭が発生するのが特徴です。肝機能低下や糖尿病など体が原因の場合、内科受診がおすすめです。

2つめは、**口の中に原因がある場合**で、「舌苔(ぜつたい)」という舌の汚れや、歯の汚れ(プラーク)、虫歯、歯周病などが考えられます。ともに、自分では気がつかない、周囲も指摘しないこともありますので、気になる方はご相談下さい。



NHK健康CH 鶴見大学歯学部附属病院 准教授 中川洋一先生
東京医科歯科大学大学院 教授 川口陽子先生より

今月の院内アンケートの結果

◆年齢 55 歳 ◆性別 女性 (男性) ◆主な治療内容 がぶせ物部 撤去他

◆ご自由に当医院へのご意見をお聞かせください

聖歯科クリニック様 いつもお世話になっております。
10月末におぶせ物が外し当院にて検査を受け、歯の現状と治療方針について説明を受けました。歯に歯肉のレキナーを受け知識を得た先生が海田レキナーと聞くレキナーに気になったので、治療の話の際は、少し驚きましたけど、徹底的に治したいという思いから、全治まで約5ヶ月と長くかかりましたが、良かったと思います。型取りで治療法や3D治療機を使った、どう思うかとか、知るところは、一瞬で済んで良かったです。自分良かたのかわかりませんが、これから、定期検診を受けて維持していきたいです。

◆いただいたご意見を当院のウェブサイトへ匿名にて掲載してもよろしいですか? (はい) いいえ (マウスは、ピット) とおぼろげで、すこいです。

ご協力ありがとうございました。今後ともよろしくお願いいたします!

ご協力ありがとうございます

ご意見を真摯に受け止め、患者様が通いやすい歯科医院にしていきたいと思っております。

今後ともよろしくお願いいたします。



院長 若松聖
広島大学歯学部卒業

歯科での口臭治療とお家での予防

口臭の治療は、まず原因を特定することが第一です。全身疾患が原因と疑われる場合、内科を紹介します。

歯周病が原因であれば、当院で治療を受けながら、歯科衛生士が常にお口の中がキレイであるよう、歯みがき指導をします。歯間ブラシやデンタルフロスを使うと、より効果的です。



唾液の減少が原因の場合は、しっかり噛んで食事をするように心がけましょう。年齢をとると唾液量は減りますが、耳やあごの下あたりを優しくなでたり、ガムを噛むことで、唾液の分泌をよくすることができます。



口の中が乾燥すると口臭が出やすいので、鼻呼吸を心がけることも大切。こまめに水分をとるようにすれば、口の中が潤い細菌が繁殖しにくくなります。

舌苔の除去も大切です。1日1回舌ブラシを使ってケアを行いましょう。口臭が一番強いのは朝なので、朝食をとる前にケアするのが効果的です。

他の原因もまれにあります。その場合、特殊な検査や、専門医への紹介もご紹介します。ご相談下さい。

