



【問い】最近、口の乾きが気になります。口臭も気になるのですが、何か関係がありますか。また、どのように対処したらいいですか。(島原市、52歳女性)

【答え】口の乾きの原因ではまず加齢とともに生じる生理的な唾液の減少が考えられますが、目や鼻、口が乾く自己免疫疾患「シェーグレン症候群」や糖尿病などの全身疾患、鼻によら

ない口呼吸などの可能性もあります。また、多くの種類の薬を飲まれている方はその副作用で唾液が減少することがあります。ほとんどの場合、簡単に

改善することは困難です。保湿剤を使ったり、唾液が出やすくするためのマッサージをしたり、口呼吸やいびきを改善したりと、口の乾きそのものを治すという

器系の疾患などが原因として考えられますが、口が乾燥していると歯周病になりやすくなったり、症状を悪化させたりすることがあります。このような場合は、

あります。むやみにエチケットスプレーや洗口剤を使用するのはなく、原因が何かを確かめ、効果的な治療を行うことが大切です。口の乾燥は口臭だけでなく、歯周病、ウイルスなどの感染、さらには食物の消化吸収など、さまざまなことに影響をもたらします。気になることがあれば、まずはかかりつけの歯科医師に相談してください。

口の乾きや臭い

湿った状態を保つように

より、できるだけ湿った状態を保つような対症療法になる場合が多いようです。原因となる疾患を治療することによって口臭の改善につながるでしょう。

口の乾燥は口臭の原因になる場合もあります。通常は歯周病や副鼻腔(びくう)炎、食道・胃といった消化

中には他人が感じていないにもかかわらず、「口臭がする」と本人が過剰な思い込みをしているケースも

回答者

松田 威

島原市新町
寺田歯科診療所院長



質問をどうぞ

歯と口の健康に関する質問を受け付けます。県歯科医師会の先生方が回答します(直接本人に回答はしません)。症状などを分かりやすくまとめ、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を明記し、〒852-8601、長崎市茂里町3の1、長崎新聞社生活文化部「お口の相談室」係に送ってください。県歯科医師会のホームページは「8020ながさき」で検索できますので参考にしてください。