

進行すると感染症誘因に

【問い】口の中の乾きが気になるようになりました。このまま放っておいても大丈夫でしょうか？
（島原市、60歳女性）



【答え】口が乾くと食事がしにくかったり、話しにくかったりして、不安になったことと思います。

口が乾く症状を口腔乾燥症（ドライマウス）といいます。ほとんどは唾液の分泌量の低下により起こります。原因としては、大きく分けて①薬の副作用②唾液腺自体の局所的な疾患③免疫疾患の一種であるシェーグレン症候群、糖尿病、脱水、腎臓の疾患などの全身疾患④加齢⑤ストレス⑥自律神経⑦口呼吸や喫煙、過度のアルコール摂取によるものが考えられます。

唾液は、消化・免疫機能において重要なだけでなく、口の中に適度の湿潤を与えて、

食べる際や飲み込む際の潤滑剤としての役目を果たします。従って、口腔乾燥が進行すると、感染症の誘因や摂食・嚥下障害につながります。味覚障害や舌・粘膜の痛み、むし歯や歯周病の進行、入れ歯が合わなくなる原因にもなります。

それでは、どのような対処をしていくのでしょうか。たくさん薬を服用している人は、薬の変更や減量を（内科などの）主治医と相談することがあります。唾液腺自体の疾患や全身疾患と関わりがある場合は、その治療が必要になります。

唾液を増やす効果がある唾液腺マッサージや、舌の体操をして、唾液の分泌を促すようにすることも効果的です。それでも不十分な場合は、保湿剤や人工唾液の使用をお勧めします。▽口が乾く▽味覚が変わった▽入れ歯が合わない▽舌が厚くなった▽口の中の変化を感じた場合は、放置せずにご相談ください。

口腔乾燥症

回答者

横田 亮輔
島原市南安徳町
あおい歯科院長



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。