

原因なく心因性の場合も

【問い】 歯磨きは毎日しているのですが、口臭がしている気がして仕方ありません。どうしたらいいですか？

（東彼川棚町、51歳女性）

気になる口臭



【答え】口臭が気になるということ。昨今多くの口臭ケアグッズが売られているように、口臭で悩む人は多くいます。このような状態を口臭症といえます。実は、何らかの原因があつてにおう場合と、大きな原因がないのにおう場合があります。前者を「真性口臭症」、後者を「心因性口臭症」といいます。

真性口臭症は▽（睡眠中に唾液の分泌量が減少すること、口腔内の細菌が増殖すること、起床時の生理的口臭▽ニンニクやアルコールなどの嗜好品摂取での口臭▽むし歯や歯周病、舌苔に伴う口臭▽蓄膿症などの鼻疾患や糖尿病などによる全身由来の口臭）などさまざまです。原因に対する処置により、口臭の減少が期待できます。

一方、心因性口臭の一つと

して、口臭がごく弱い全く認められないのに、口臭を感じる状態があります。仮性口臭といえます。例えば、話している相手がたまたま鼻を押さえるような行動を取ったことで、自分に口臭があるから相手を不快にしたのでは、と気になるような場合をいいます。仮性口臭は、口臭があるのか機器などにより検査し、明らかかな口臭を起こす原因がなければカウンセリングなどで改善を図ります。

口臭に悩む人は多く、それが原因でコミュニケーションの障害になる可能性もあります。ただ、同じにおいをずっと嗅いでいると感じにくくなるため、実際に口臭があるかは自分では分かりにくいものです。高度な口臭を検査する機器は、口臭外来など専門的な施設にしかない場合もあります。しかし、もし口臭に悩んでいるのであれば、まずは口の中の原因の有無を、かかりつけ歯科医院に相談することをお勧めします。

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。

回答者

玉川 俊行
東彼川棚町下組郷
玉川内科・歯科医院長

