

杉村歯科 通信

◆第124号◆



発行者：杉村歯科 宇城市不知火町高良2259 TEL0964-32-5010

H27年9月号

ドライマウス（口腔乾燥症）

ドライマウスとは、だ液が減るなどの理由で「口が渇く」症状のある病気を総称したもので、その原因にはさまざまなものがあります。

① 食生活

スナック菓子・ファストフードなど、だ液の出にくい食事が多い

② ストレス

ストレスにより交感神経が刺激されるとネバネバしただ液になる

③ 喫煙

喫煙口の中に煙が入ってくることで乾燥する

④ 口呼吸

口で呼吸することで乾燥する

⑤ 薬の副作用

「口の渇き」は多くの薬で見られる典型的な副作用

⑥ その他

放射線治療
シェーグレン症候群（自己免疫性疾患）
糖尿病の合併症 など

ドライマウスを放置してしまうと…

① むし歯や歯周病になりやすくなる

だ液が少ないと、むし歯や歯周病の原因になる細菌が増えてしまいます。

② 口臭がひどくなる

だ液が減ると細菌が増えてしまい、口臭の原因となります。

③ 口の中や舌がヒリヒリする

症状が進行すると「舌痛症」となり食べ物が食べられなくなるほか、会話も難しくなります。

ドライマウスの原因っていろいろあるんだね！



ドライマウスの対処法

ドライマウスの対処法はその原因によってさまざまです。食生活、ストレス、喫煙が原因の場合は生活習慣の改善。口呼吸の場合は鼻呼吸への改善。そのほか、だ液が出るようにするマッサージを行ったり、場合によっては薬などによって口が渇かないような対処をします。漢方薬にドライマウスに有効な薬がいろいろあります。

唾液はこんなに大切！

1. 消化を助ける
2. お口の中をきれいにする
3. 殺菌作用がある
4. 歯の再石灰化を促す
5. 免疫強化作用がある

何処？そこ！行ってみたい隊

今回は熊本市南区平成にある

『Garden Edition by Loco Moon』に

行ってきました★

パスタ、ハンバーグ、コロッケ、フライドチキンなど大人も子どもも大好きなメニューが揃ったオーダーバイキング食べ放題のお店です♪

お店の中もおしゃれで観葉植物のグリーンがいっぱいの明るく癒される店内です。

ほとんどの席がソファーなので座り心地がよく、時間制限もないので時間を気にすることなく、

お腹いっぱい食べて、ゆっくりと

くつろげる空間の素敵なお店でした♥

みなさんも是非行ってみたいかが

でしょうか？

料金は以下の通りです。

	平日	土日
女性	1,180円	1,380円
男性	1,280円	1,480円

住 所：熊本市南区平成 2-4-3

電 話：096-334-9192

営業時間：11:00~24:00

定休日：無休

