

☎
0566-21-0211

こんにちは、院長の久田和明です。今回の70号は、「口臭」についてです。
ご家族の皆様をご覧ください。

【口臭】とは・・・

呼吸や会話時に口から吐き出される「不快に感じる臭い」です。
原因により大きく4つに分類されます。

1. **生理的口臭** 口腔内が、不衛生時・起床直後・空腹時・緊張時など口の中の細菌の増殖により発生します。
健康な方は歯磨きや唾液分泌で対処できます。

2. **病的口臭** 歯周病や舌の汚れ(歯垢、舌苔)、進行した虫歯などが原因の口腔由来の口臭と、鼻や喉の呼吸器系、消化器系の病気や糖尿病、肝臓病などが原因の全身由来の口臭があります。

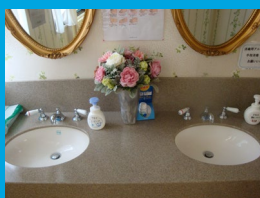
3. **外因的口臭** 臭いの強い食品、酒、タバコ等による口臭で多くは時間とともに臭いは弱まります。



4. **心因性口臭** 口臭検査でも口臭は認められず本人だけがあると思い込んでいる状態で『自臭症』ともいわれます。



医院のお花



◎臭いの原因

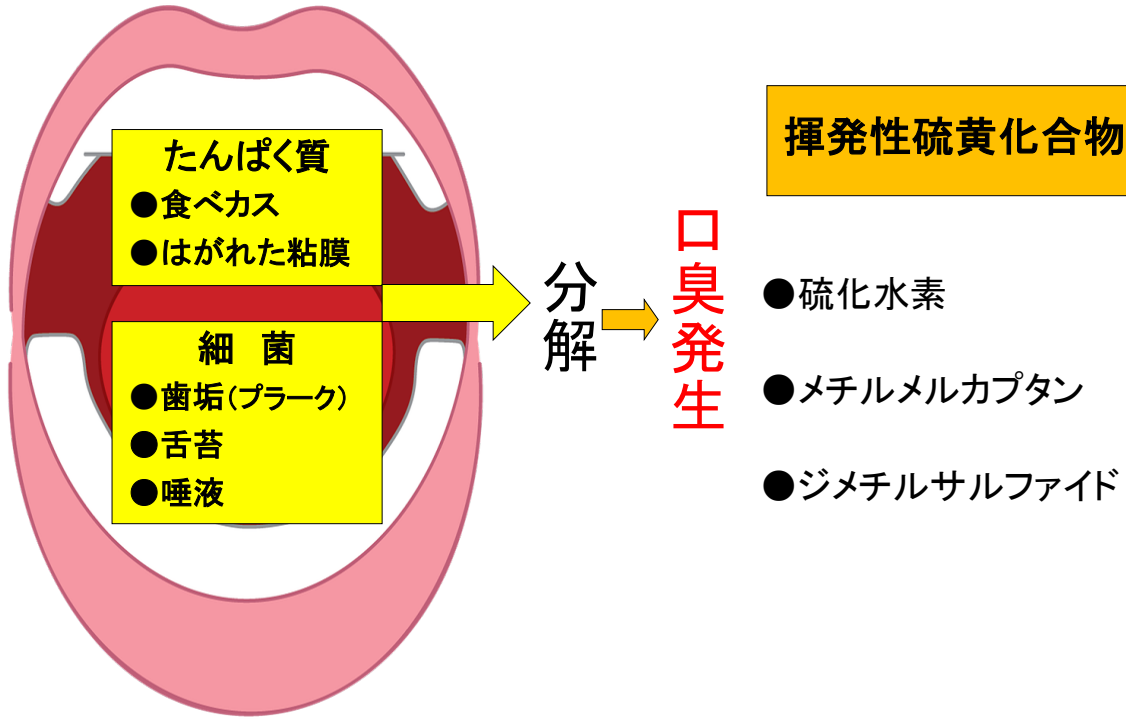
食べかすや口の中のはがれた粘膜、歯周ポケットからの浸出液などに含まれるタンパク質をプラーク(歯垢)や舌苔、唾液中の細菌が分解し、口臭の原因物質が作られ口臭が発生します。

この口臭の原因物質は「硫化水素」「メチルメルカプタン」「ジメチルサルファイド」などの揮発性硫黄化合物です。これらのガスが混ざり合って、不快なニオイになるのです。

就寝時は唾液分泌が減少するので、自浄作用(自然に洗い流す作用)が働きにくく細菌が増殖します。

起床直後に口臭が発生しやすいのはこのためです。

また緊張時は唾液分泌が減り、細菌が増殖しやすくなります。



口臭の予防と改善方法

- 1 歯ブラシ、歯磨き剤、歯間清掃用具を正しく使用してこまめに汚れを落とし、口腔内を清潔に保ちましょう。
- 2 一日1回は舌の清掃を行いましょう。
- 3 歯科医院で定期健診を受けて、歯周病や虫歯に罹患していないか診てもらいましょう。
また歯石除去や専門家による歯の清掃を受けましょう。
- 4 緊張やストレスをためないように趣味などをもち、規則正しい生活を心がけましょう。

京極歯科

〒448-0844 刈谷市広小路3-33 (木・日・は休診です。祝は午後休診です。)

電話予約 ☎ 0566-21-0211

ネット予約 を検索してください。(24時間対応)

HP…<http://www.kyogoku-dental.com> <http://www.ireba-aichi.com> <http://www.kyogoku.jp/>



ホームページです
ご覧ください

定期健診で
お待ちしております

メンテナンスの方は
1~2年毎に、
歯周病継続管理の
方は
6ヶ月毎に
レントゲン診査を
お勧めします。

久田 和明

歯学博士

歯科理工学専攻

趣味はゴルフ