

ためになる介護通信コーナー < 2 >

歯科医師 山下 よしのり 美登

今回は、こうくうかんそうしょう「**口腔乾燥症**」についてお知らせします。あまり聞きなれない病名だと思いますが、最近非常に多くなっています。

本来、唾液にはネバネバ、サラサラの2種類があります。それらの調和により、物を美味しく食べたり、口の中を洗っているのです。それが出にくくなってしまいます。理由は、① 高齢期の方は、年齢的にも出にくくなるのに加え物をよく噛めなくなるため、出にくくなります。② 鼻の悪い人。年齢にかかわらず、口で呼吸するため乾きやすくなります。③ 更年期の女性ホルモンバランスの不調、神経系の不調により口の中がネバネバしやすくなり、ひどくなると舌がピリピリ傷み、物が食べられなくなる人もいるほどです。④ 糖尿病の人、喫煙する人、お酒をよく飲む人。⑤ 薬により（抗うつ剤、精神安定剤、抗パーキンソン薬等々）

それではどのような症状が出たら疑ったらよいのか ① ものを食べても、水分と一緒にないと飲みにくくなってしまう。（年齢差なし）② 口臭が気になる。唾液で洗わないので歯周病、虫歯が進みやすくなり、口臭がひどくなります。③ 最近、口内炎ができやすく、以前より風邪を引きやすくなった人。口の中の粘膜が唾液で保護されにくくなるため。④ 味が濃くなってきている人。唾液に食べ物が解けにくくなるため、味が濃くなってきます。これらが代表的な症状です。気になるようでしたら歯科へご相談をお勧めします。次回は、**口腔乾燥症**に対する**自宅でする対処法**をお知らせします。