

## ● 健康一口メモ

### 「唾液の秘密」



清原歯科医院  
院長 清原 敏明

通常私たちは食事時には、嘔むと同時に食物と唾液とが混じり合っており、飲み込みやすい状態をつくって飲み込みます。

もし、唾液の量が少なければ、お口の粘膜がピリピリと痛くて傷つきやすく、炎症がおきやすい状態になります。また、飲み込みにくくなります。また、喉が乾燥して風邪をひきやすくなったりすることもあります。

唾液にはこのような「潤滑剤」としての役割以外にも「発癌物質を減弱させる」「虫歯菌・歯周病原菌などの細菌類に抵抗する」などの働きがあります。虫歯・歯周病は、これらの病原菌（細菌）の「感染」によって「発症」します。

ですので、21世紀、「治療」から「予防」へと歯科医療の変遷を遂げる中、「唾液を調べる」ことも大切になります。

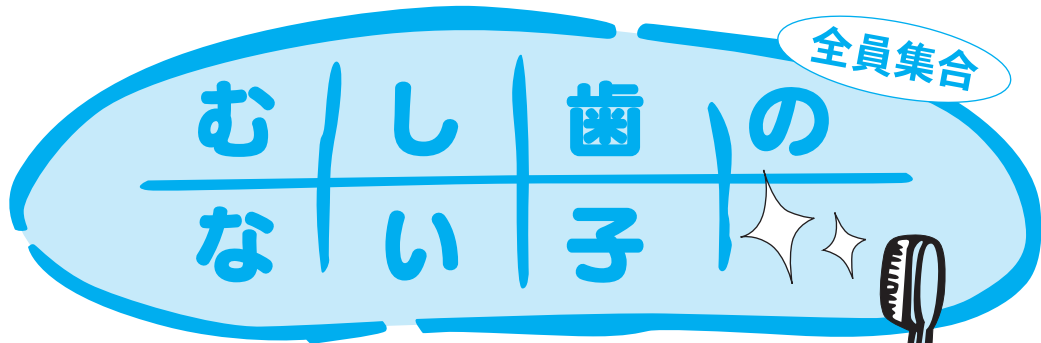
しかしながら、たとえ「感染」していても「発症」しない人とする人がおります。これは、組織抵抗力（免疫力）の差が大きく起因します。たばこを吸う習慣

の有無・睡眠時間・食事・ストレスなどの《生活習慣》が大切になります。

唾液量には個人差がかなりあります。量が少ない場合には、①常飲しているお薬と関係がある場合が以外に多くあります。②虫歯や歯周病で歯が痛くてよく噛めない、または「入れ歯」が合わなくてよく噛めない場合もあります。噛めない状態では、唾液の分泌が悪くなります。（これは、よく噛むことによって、唾液の分泌量が増加するからです）

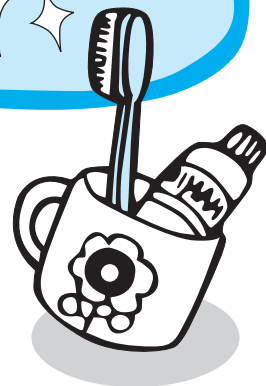
また、まれにですが、③症候群などの疾患が原因の場合もあります。原因は他にもいろいろあります。全身の健康のためにも、良く噛めるといふことは非常に重要になります。

歯が痛い・「入れ歯」が合わないなどのお悩みはもとより、お口の乾燥感・口内炎などのお悩みなどがございましたら、歯科医師に気軽に相談なさるとよいでしょう。



今回の3歳6カ月児健診で虫歯の無かったお子さんです。ずっと健康な歯でいてね！

- |                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| 長内 美来ちゃん (福岡長袋) | 澁谷 朋也くん (福岡長袋)  |
| 早川 大翔くん (上久保)   | 山田 混成くん (大鷹沢大町) |
| 末谷 卓土くん (大平坂谷)  | 我妻 亮太くん (緑が丘)   |
| 我妻 弥生ちゃん (福岡長袋) | 我妻 紗和ちゃん (福岡蔵本) |
| 伊藤 彰秀くん (鷹巣)    | 佐藤 里奈ちゃん (福岡深谷) |
| 松野 恭奈ちゃん (大平中目) | 田村 瑞希ちゃん (東大畑)  |
| 高橋 文香ちゃん (西益岡町) | 四竈 瑞樹ちゃん (小原)   |
| 齊藤 真央ちゃん (旭町)   | 廣嶋 紀香ちゃん (延命寺北) |
| 金子 遥香ちゃん (寿山)   |                 |



### 虫歯を早く治して メダルをもらおう！

虫歯ができてしまったら治療しなければ治りません。特に、子供の虫歯は進行が早いので、早めに治療することが大切です。

そこで、平成10年4月から「むし歯のない子」の対象児に治療を終了したお子さんも含まれることになりました。ぜひ、虫歯があるお子さんも3歳6カ月健診までに、虫歯を治してメダルをもらいましょう。

健康推進課 ☎22-1362