

## 口は健康のもと Vol.130 唾液の役割

### 渴くようなら歯科医師へ

口の中は常に唾液によって湿っています。唾液があることで虫歯になりにくく、入れ歯が吸盤のように顎に吸い付いて安定するような役割を果たしてくれています。

しかし、唾液は年齢とともに腺組織が萎縮し、性状の変化や量が減少してきます。唾液が減ると口の中がヒリヒリして痛みを感じるようになり、物を飲み込みにくくなり、入れ歯を安定して装着できなくなることがあります。口の渴きへの対処法は、口の中の保湿剤や人工唾液の使用、唾液腺のマッサージ、水分の摂取、唾液分泌を促進する食べ物（主に酸味）で口の中を潤してあげることが必要となります。

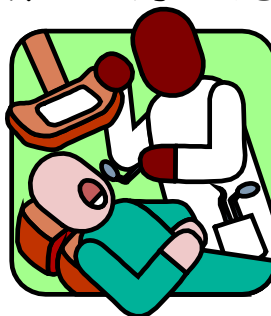
このような加齢変化とは別に、口の中が渴いてくる患者さんの中には次のような原因によるものがあります。

- ①薬（高血圧、精神安定剤など）の長期間内服
- ②シェーグレン症候群（唾液腺や涙腺の破壊による口や眼の乾きの主症状）など全身的な疾患に罹患
- ③自律神経失調と診断

②や③では医科や歯科での診察、検査が必要となります。

また、薬の内服については歯科と医科での連携が大切で、個人の判断で口が渴いているからといって内服を中止しないでください。

入れ歯が最近くっつきにくく、口が渴いてるなど感じ始めた方はかかりつけの歯科医や内科医に相談してみましょう。



奥羽大学歯学部附属病院  
口腔外科 助手 赤城 陽一郎

