

# イー歯トープ 8020 歯と口のハテナ

⑬ 県歯科医師会

日本歯科医師会が10代〜70代の男女1万人にアンケートしたところ、「8割が口臭を気にしており、原因はむし歯や歯周病と理解しているが、歯科医院へ行くのは1割未満。年齢とともに自分の口臭を気にしなくなる男性、より気にする女性。夫婦間では妻の口臭が気にならなくなる夫、夫の口臭がずっと気になる妻」などの結果が得られました。

口臭のほとんどの原因は口の中にすんでいる300〜700種類(フラクテ1科中に1億個)の細菌によって引き起こさ

## 口腔内細菌から発生

れます。夜、磨き残したままお休みになると一晩で30倍にもなり、より強い臭いを発する細菌が増えるといわれていますので、寝る前には必ず口腔内の清掃が必要といえます。

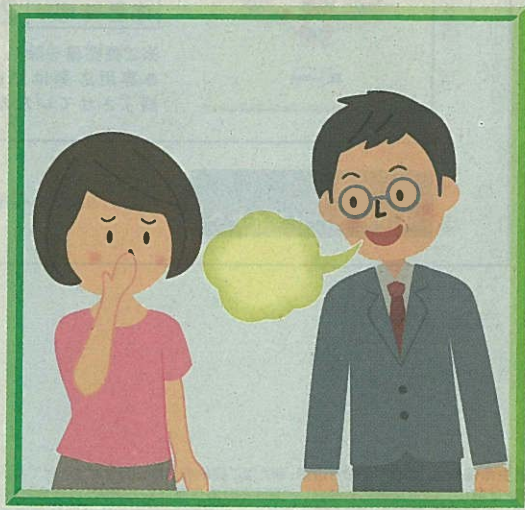
細菌は歯にバイオフィルムの状態(流しやお風呂の排水溝のヌメリと同じ)で付着しているため、強い水流やマウスウォッシュ

シユ等であがいても、取り除くことはできません。歯ブラシやデンタルフロス、歯間ブラシを使って機械的に取り除く(ヌメリをスポンジやたわしで落とすのと同じ)必要があります。

日本と異なりハグやあいさつのキスが日常の欧米では、幼少期からオーラルケアを行うことが習慣化されていて、年に3〜

## 口臭の原因は？

橋本 佳樹



4回歯科医院を訪れる方が数多くおられるようです。在日外国人の7割が「日本人の口臭にガツカリした」経験があり、日本人の口がクサイという印象もあるようです。日本人として残念な結果にならないよう気をつけたいものだと思います。

そのほかに口臭の原因として、鼻や肺などの気管支系疾患・糖尿病・胃・肝臓等全身疾患である可能性もありますが、多くは口腔内が原因していますので、まず歯科医院での定期的なチェックアップをお勧めします。

(来週から水曜日付「医療」面に掲載します)



橋本 佳樹(はしもと・よしき) 1962年生まれ。神奈川県大卒。古歯科医師会副会長。橋本デンタルオフィス(宮古市)院長。宮古市在住、同市出身。