

特集

こうないえん 口内炎

口内炎とは、唇や頬の内側、歯肉など口腔粘膜のある程度広い範囲に及ぶ炎症状態の呼び名です。

どうして口内炎になるの??

細菌、ウイルス、アレルギー(金属、食物)など様々ですが、原因が特定できないものも多くあります。
疲労、体力の低下、ビタミン欠乏、精神的ストレス、口腔清掃不良なども考えられます。

代表的な口内炎

口腔カンジダ性口内炎



剥がれた

原因&症状

カンジダ菌は真菌と呼ばれるカビの菌の一種で、健康な人でも3割位の方から検出される、ごく一般的な常在菌です。舌や頬に白いカビがついたり、赤く腫れ、ヒリヒリします。

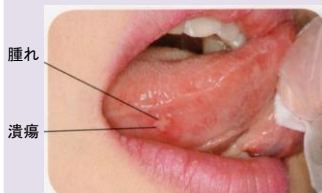
ヘルペス性口内炎



原因&症状

ヘルペスウイルスによるもの。口の中や唇に水疱ができ、それが破れて潰瘍になり、食事がとれないほどひどい痛みになる時もあります。疲れた時に繰り返してできる事もあります。

アフタ性潰瘍



腫れ

潰瘍

原因&症状

原因は解明されておらず、米粒程度の白い潰瘍ができ、その周りを縁取るように赤い炎症があり、痛みが強く、食事がつらくなってしまう時があります。繰り返してできます。

外傷(噛み傷、擦り傷)



腫れ

キズ

原因&症状

噛み合わせが安定しない、歯の被せ物が合わない、入れ歯が動く、歯が倒れる、歯が欠けて鋭く尖っているなどの原因により粘膜にできるキズです。

画像参照:「nico」より

口内炎を治すには!?

口内炎ができれば、ひどくなる前に歯科医院を受診しましょう。診察後、塗り薬、付着型錠剤、フィルム状貼付剤、噴霧粉末剤などを処方します。幹部に塗ることによって、食べ物が当たっても痛みを感じません。

また、レーザーによる治療法もあります。
(もちろん当院にもございます)



口内炎の予防対策!

予防対策①

疲れやストレスをためず、規則正しい生活を心がけ、睡眠を十分にとること。

予防対策②

口腔内の細菌が減ると免疫機能の負担が減り、炎症が治まるので、口腔内を清潔に保ちましょう。

予防対策③

栄養バランスに気をつけ、ビタミン B₂ を多く含んだ食品(レバー、乳製品、卵、魚介類、納豆)を積極的にとりましょう。

ちょっと質問!?



ウイルスと細菌はどう違うの??

ウイルスとは

- ・蛋白質の外壁と内部に核酸(DNA、PNA つまり遺伝子)を持った単純な構造体。
- ・細胞ではない。
- ・宿主の細胞に入って、子孫ウイルス粒子の形成をする。
- ・大きさは 20-100 nm(ナノメートル)
→細菌の 1/10~1/200 程度

細菌とは

- ・単細胞の微生物。
- ・核膜のない原核生物の一群。
- ・バクテリアとも呼ばれている。
- ・ウイルスより大きく、硬い細胞壁をもつ。
- ・0.2~10 μm(マイクロメートル ・ 1/100 万)位。

ウイルスと細菌の違い

	ウイルス	細菌
増殖について	他の生物を宿主にしないと増殖できない	自分で増殖する能力を持つ
抗菌薬 (抗生物質)	効かない(抗菌薬は細胞の構造を利用して作用するため、細胞ではないウイルスには効かない。抗ウイルス薬が使用される)	効く
効果的なもの	抗ウイルス薬(ワクチンは主に予防に用いる)	抗菌薬
原因となって引き起こすもの	インフルエンザ	風邪



理事長コラム(七)

夫婦同日で エッセーを出版しました

コラム(四)に続いて出版の紹介をすることにします。理事長・悦秀の本は、「走って治すぞ、ガン闘病。」です。金沢大学教授時代からの後進走サンデーシリーズの第五編「がん闘病&市民マラソン日記」と第六編「定年教授のガン克服ラン日記」の内容を、オストメイト(人工肛門造設者)に特化して、再構成したものです。進行大腸癌の三回の手術を乗り越えて生還した感動的なエピソードが満載です。

一方、院長・美智子の本は、「歯と笑顔の法則」で、その前に「美人歯科医師が教える、いつまでも美しく」です。

共々一月三十一日の徳間書店発行、価格は一三〇〇円(消費税別)です。

でも若く美しく見える人に…この形容詞句となっており、表紙上段にあの往年の名女優のオーディリー・ヘップバーンの顔が大きく載っています。ここでの内容詳述は避けませんが、プロフィールシヨナルの歯科医師としての健康提言から人生哲学までが四章にして書かれていますので、実際に手にとって読んでいただければ幸いです。

