

あさか訪問通信



ドライマウス (口腔乾燥症)



R5.1月号 賀春

寒さで一層厳しくなり乾燥が気になる季節となりました。

高齢になるとストレスや薬剤の影響、噛む力の低下などが原因で唾液の分泌量が減るため、口の中が乾燥する人が多く、口やのどが渇く、食事がとりにくい発音がしにくいなどの症状がある方が多くなります。口の乾燥がひどく痛みなどの症状がある場合は他の病気も考えられます。歯や歯肉のトラブルばかりでなく、お口のはたらきにも影響してきますので注意が必要です。



予防のポイント



噛む回数を増やして
唾液の分泌を促進する

唾液腺マッサージ
舌のストレッチ



こまめに水分補給をする
うがいの回数を増やす

室内の温度・湿度に気をつける
喫煙・飲酒は適量に



乾燥予防や保湿用のジェルや洗口剤を使用する
※歯科医師や歯科衛生士に相談しましょう



★薬の影響でドライマウスを引き起こすことがあります



- ・抗うつ剤
- ・血管収縮
- ・抗ヒスタミン剤
- ・食欲抑制
- ・利尿剤
- ・筋弛緩剤



保湿剤の選び方

	ジェル状	スプレー状	マウスリンス
特徴	保湿効果が高い	即効性がある	うがい可能な方
使用感	しっとり	さっぱり	さっぱり
乾燥状態	中～重度	軽度	軽度
誤嚥のリスク	低い	高い	高い
製品例	バイオティーン ・湯きびちなお口を潤し口臭などの不快を和らげます。 ・キシリトール配合 ・1日に何度も使用できます 	リフレケアミスト ・ミスト状のジェル ・味はライム風味 ・口腔ケア前に汚れを取りやすくします 	コンクールマウスリンス ・唾液類似 ・高い保湿力 ・べたつかずサラッとしている 

バイオティーンの使用法

①



手の甲に1円玉程度に出します

②



指やスポンジブラシに保湿剤をなじませるようにうすく広げる

③



乾燥している部分に塗る

スタッフの近況



小島先生♡衛生士の
辻さん末永く
お幸せに



HAPPY WEDDING



医療法人 真友会
浅賀歯科医院