

あさか訪問通信



口腔ケ了と 花粉症



R8.3月号

少しずつ春めいてまいりました。まだまだ肌寒い日が続いています。何かがお過ごしでしょうか？春先に多くの人を悩ませる花粉症。若い人に多く、歳とともに症状が緩和されてきていると言われてい

ますが、最近では高齢者にも増えてきています。通常、人は鼻で呼吸していますが、鼻水や鼻づまりで鼻呼吸をしづらくなると、口で呼吸しがちになります。口呼吸になると乾いた空気や雑菌が口や肺に直接入り込むため、**ドライマウスや歯周病**などトラブルの原因になったり、免疫力の低下を引き起こします。

また抗ヒスタミン剤などのアレルギー症状を和らげる薬の副作用で、**口の中が乾燥しやすくなる**こともあります。口呼吸で口が乾いて、唾液による自浄作用が低下すれば、**歯周病やむし歯を引き起こす原因**になります。口の乾燥を防ぐには、浸潤剤など配合された洗口剤を舌や口に塗って湿らせるのが、効果的です。

●うがい薬の使用

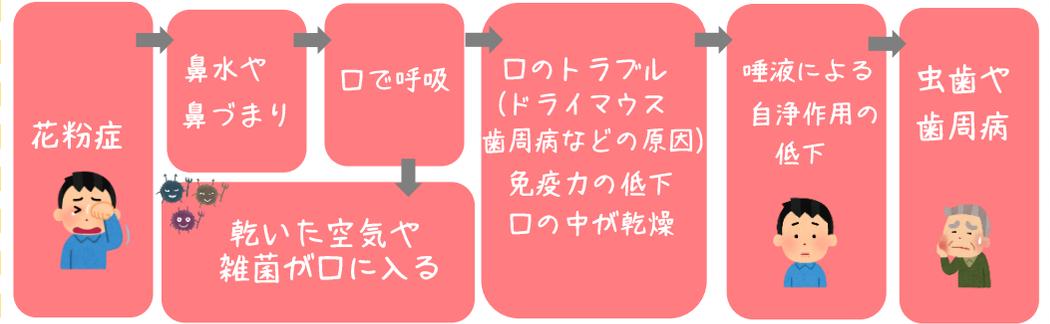
花粉症の様々な原因により口が乾燥し、細菌が繁殖しやすくなりますが、うがい薬の殺菌成分により細菌の繁殖を抑制することができます。

うがい薬を使用することも花粉症の時期には特にオススメです。「モンダミンハビットプロ」はアルコールフリーなのでお子様から大人まで幅広い方にお使いいただけます。



380ml | 1080ml |
モンダミンハビットプロ
※歯科専売品

●花粉が引き起こす口内環境の変化



★ドライマウス…唾液が出ず、口が渇く現代病です。

口の中が乾燥し、味を感じたり、噛んだり、飲み込んだり、話すことが困難になってきます。

●乾燥には保湿剤を

花粉症の時期は、鼻づまりのため口呼吸になりやすく、結果として口の中が乾きやすくなります。花粉症の症状によって引き起こされる口腔内の乾燥や不快感を和らげる目的で使用できます。



バイオティーン

注) 花粉症の治療薬として開発された物ではありません！

●使用方法

口の中を観察し、食べかすなどの汚れを取り除いてからご使用ください。保湿剤を手の甲等に適量(1cm程度)出し、清潔にした指またはスポンジフラシ等でうすく塗り広げてください。



日頃の口腔ケアが寝たきりや要介護状態を防ぎ、自立した生活を長く続けるための重要な鍵となります。訪問歯科をうまく活用し、健康寿命を延ばしていきましょう。

医療法人 真友会
浅賀歯科医院