

唾液と口臭の関係について



口臭の主な発生源は歯周病と舌苔（舌の汚れ）

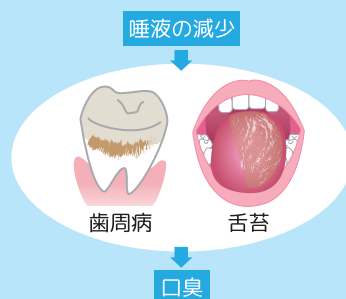


特に舌苔の増加には**唾液の減少**が大きく関わっています。
（睡眠時には唾液が減少します）

口臭の原因

◇口臭は口から吐き出される息、呼気の中に含まれる臭いニオイです。

ニンニクやアルコールなどの摂取後に発生するニオイは
植物由来口臭と言われます。



◇起床時や空腹時に強く、唾液量が減っている時間帯に発生するニオイは**生理的口臭**、生理的な程度を超えて不快に感じるほどのニオイは**病的口臭**と言われます。（近年増加の傾向）

◇舌の粘膜は、他の口腔粘膜とは異なり**舌乳頭**という凸凹があります。

そこに**口腔細菌**や**食物残渣が付着**します。さらにウィルス感染（コロナやインフルエンザなど）や風邪をひいた時には**免疫力が低下**して口腔細菌が増加します。

それによって舌苔（舌の汚れ）が増加し**味覚障害**も起こしてしまいます。

◇**糖尿病**などの全身疾患、**加齢や喫煙**などで**唾液の分泌量が減少**し唾液の洗浄作用や抗菌作用が十分に働かなくなり、舌苔の中にいろいろな細菌が増えて**ネバネバした舌苔の口臭**が酷くなります。

大変だわん



舌ブラシを使用すると舌苔の除去が難しく、強い力で擦ると粘膜を傷つけてしまいますので歯科医院にてご相談ください。

