

あなたの残存歯数年齢は？

成人歯科健診で調べた残存歯数（現在ある歯の数）を、ホームページ上に打ち込むと、これまで行われてきた吹田市民のデータ及び日本人の平均データから、あなたの残存歯数年齢を調べることができます。ぜひ、ホームページをご覧の上お試しください。



社団法人 吹田市歯科医師会
<http://www.ha-suita.com/>

あなたの残存歯数 () 本 →

あなたの
成人歯科健診を受けている吹田市民から計算しました
残存歯数年齢は () 歳です。
日本人の平均から計算しました
残存歯数年齢は () 歳です。

(吹田市歯科医師会ホームページのトップページをご覧ください)

吹田市立保健センター

吹田市出口町19番2号(〒564-0072)
電話 (06) 6339-1212 (代表)
FAX (06) 6339-7075

口腔乾燥症(ドライマウス)はどんな病気？

健康なお口いつまでも

吹田市成人歯科健診パンフレット



吹田市

口腔乾燥症（ドライマウス）は どんな病気？

お口の中がネバネバしたり、ベタベタしたりして口臭がする。食事の時、水やお茶などと一緒にないと飲み込みにくい。食べ物の味が分かりづらい。お口の中がヒリヒリする。このような症状は口腔乾燥症（ドライマウス）かもしれません。

成人では1日に1～1.5Lの唾液が分泌されています。唾液の分泌量が減少すると口腔乾燥症になるおそれがあります。口腔乾燥症になると喉の渇き、口臭、味覚異常、むし歯、歯周病、舌や喉などの粘膜がヒリヒリする、入れ歯を入れていて歯ぐきに傷がつく、咀嚼・嚥下の機能の低下などが見られるようになります。また、舌の表面は赤くつるつるになったり、白い舌苔に覆われたりします。



乾燥した舌



正常な舌



舌苔で
覆われている舌

口腔乾燥症の原因

口腔乾燥症は、加齢やストレス、口腔周囲の筋力の低下、口呼吸、糖尿病、貧血、腎不全、シェーグレン症候群（自己免疫疾患）、更年期障害、薬の副作用などで起こることがあります。

予防・対策

原因が明らかな場合（糖尿病・貧血など）

原因を除去していきます。

原因の除去が困難な場合（加齢・シェーグレン症候群など）

口腔乾燥の症状を和らげていきます。例えば、唾液分泌作用のある薬剤や漢方の内服、こまめな水分摂取、しっかり噛んで食べる、お口の健康体操、唾液腺マッサージ、人工唾液などの保湿剤の使用などがあります。



唾液腺マッサージ



人工唾液



保湿剤

口腔乾燥症とお口のケア

口腔乾燥症の方はむし歯や歯周病が発症しやすくなるので、お口のケアがより大切となります。通常の歯みがきに加えて補助的清掃用具（歯間ブラシ、フロス、舌ブラシなど）を用いて、できるだけ丁寧なプラーク除去を行うことが必要となります。

**歯科医院で定期的な健診や予防処置も
受けましょう！**