

# 歯つらつ

2017年6月

255号

～発行所～

齋藤歯科診療所  
由利本荘市美倉町 47-1  
フシノヨイハニ  
0120-24-4182  
FAX 0184-24-1440  
www.saitoshika.net

～診療時間～

曜日:月曜日～土曜日  
時間:午前 9:00～1:00  
:午後 2:00～6:00

～休診日～

日曜・祝日  
第2・4木曜日

今号では、舌に「ヒリヒリ」

「ピリピリ」とした痛みが発現する舌痛症についてお話をさせていただきます。

症状としては、舌や歯肉などに明らかな炎症や潰瘍などが存在しないにも関わらず、痛みが出る人が多いです。

従って、他人が見ても異常がなく、患者本人の感じる痛みがなかなか理解してもらえない病気です。

痛みは、起床時から就寝時まで持続しますが、痛みの強さに波があります。

痛みの性質は、持続性でやけるようなヒリヒリとした痛みであったり、刺すようなチクチクとした痛みと表現されることもあります。

痛みの部位は一般に両側性

## 舌痛症



で、舌の先端から脇にかけてと、歯肉、口唇にみられます。舌痛症は、心理社会的なストレスと密接な関係があるといわれています。また、最近

では別の病気が背景にあつて、舌痛症と同様の症状がでることが分かってきました。

それは、口の中のカビ（カンジダ）です。

カンジダは、口腔内の常在菌で健康な方でも存在します。全身の抵抗力が落ちたり、口腔乾燥、ステロイド剤の長期間投与などの状態を伴うと、口腔カンジダ症が発症します。カンジダ症の場合、食事や会話等で舌を動かして刺激が加わると痛みが増強し、特に熱いものや刺激物は摂れなくなります。

舌痛症の原因は全てが解明されていないわけではないため、原因療法が確立されておらず、症状を軽快させる治療（対処療法）が行われます。

カンジダ症では抗真菌薬の投与を行い、鉄、亜鉛、ビタミン不足ではその物質を補充することで症状は改善します。心因性の舌痛症では、抗う

## 休診日のお知らせ

日	月	火	水	木	金	土
6月				1	2	3 午後 休診
4 休診	5	6	7	8 休診	9	10
11 休診	12	13	14	15	16	17
18 休診	19	20	21	22 休診	23	24
25 休診	26	27	28	29	30	

6月の休診日は右記の通りです。3日（土）は午前中のみの診療です。患者様にはご迷惑をお掛けしますが、よろしくお願い致します。

つ薬を投与することもあります。歯科では処方が出ないため、他科へ紹介することがあります。

なかなか症状を理解してもらえないという不安もあるかと思いますが、気になることがありましたら、相談していただけると幸いです。

— 新田 —

## ある日のスタッフ

今月は歯科衛生士の三浦忍です。

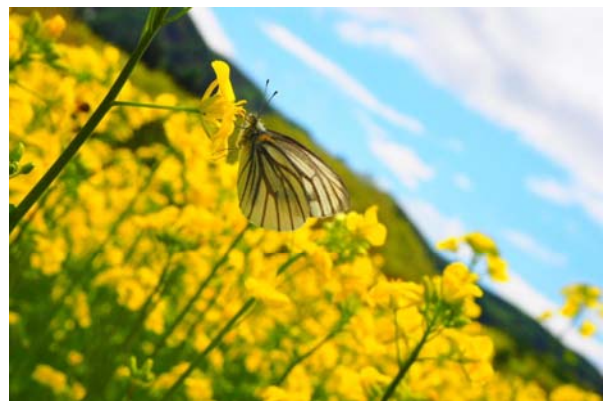
◆ 私に興味の一つに写真撮影があります。被写体を選ぶのは花や風景が多く、最近撮った中でマイベストショットの3枚を今回紹介したいと思います。

◆ 今までは持ち歩くのに便利な小さいデジカメを使っていましたが、一眼レフの画像の良さを

見てから、長年購入を悩んでいました。

オリンパスPEN7は、数あるカメラの中でシャッターを押して撮るまでのスピードが速く、どんだん撮れるのと見た目もかわいいのが気に入って購入を決めました。

機能がたくさんあり、まだ使いこなせていませんが、色々試しながら素敵な写真が一枚でも多く撮影出来るよう、研究していこうと思います。



## 義歯シリーズ③ 取り扱いと注意

義歯の取り扱いと注意事項についてお話し致します。

義歯を初めて使う場合や新しく作製した時などに痛みを感じることがありますが、これは柔らかい顎の上に硬い義歯が装着されることによって起こるもので、靴擦れのようなものです。使うことで慣れることもありませんが、傷が出来たり痛みを伴う場合は調整が必要になります。

自分で削ったりせず、歯科を受診して調整してもらいましょう。また、義歯を入れたことよって発音がうまく出来ず、話し



にくかったり、相手にとっては聞きづらくなる場合があります。早く慣れるためにも、本や新聞などを声を出して読んだり、相

手が聞き取りやすいよう、ゆっくりハッキリ話すなどの練習が必要です。

次に、食事についてです。最初から何でも食べられるわけではないので、慣れていくためにも初めは柔らかいものや食べ物を小さく刻んだりして食事を楽しみましょう。

また、左右どちらか片方で咬むのではなく、両方で咬むように練習をしましょう。慣れてきたら普通の食事に近づけていくようにして下さい。

義歯の清掃も重要です。水で洗い流すだけでは汚れは落ちませんので、食後は外して、歯磨剤は使わずに柔らかめのブラシで磨くようにして下さい。硬いブラシや歯磨剤を使うと義歯に傷がついてしまい、汚れが付きやすくなります。汚れが気になる時には、義歯洗浄剤を使用することをオススメします。

義歯は身体の一部となりますので、上手に付き合っていきましょう。