



あなたは大丈夫？

お口のなかのにおいの元



不快な口臭の原因として疑われるのは、胃腸よりも、まずはお口の病気や汚れです。気になる事があったら歯科医院を受診して相談しましょう！

歯周病になっている歯周ポケット

歯周病が進行し、歯と歯茎の境目が深くなってできる歯周ポケット。歯周病になっていると、この中にはプラークや歯石のほか、歯茎の死んだ細胞や血液、体液、細菌の代謝物が溜まり強いにおいを発します。歯周ポケットの中のクリーニングは歯科でしかできません。歯周病は早めに治療を。



象牙質に及んだ多数の虫歯

歯の表面のエナメル質はほぼ100%無機質ですが、内部の象牙質は3割ほどがタンパク質できています。虫歯が進行するとタンパク質が細菌により分解され、においを出します。ですから象牙質に達する虫歯がそのままだと口臭の原因に。虫歯が深く多いほどにおいは強くなります。虫歯は放置せずに治療しましょう。



歯の根の先端の病変

まれなケースですが、歯の根の先端部に病変ができ、膿のにおいが歯茎の中を伝ってお口に放出されることもあります。



被せ物やブリッジと歯茎の境目

被せ物と歯茎の境目や、ブリッジのダミーの歯と歯茎が接する面もお掃除が行き届いていないことが多く、においの元になりやすいです。デンタルフロスやタフトブラシで清掃するようにしましょう。



溜まったプラーク

みがき残されて溜まったプラークは、虫歯や歯周病の原因になるだけでなく、においの元にもなります。磨き残しが多いのは上奥歯の頬側、下奥歯の舌側。頬や舌が邪魔して歯ブラシが届きにくい場所です。溜まったプラークは歯石となり、さらにプラークが付着する足場となります。入れ歯の方は、入れ歯自体のお掃除も欠かせません。プラークの除去には、毎日の歯みがきのほか、定期的に歯科でクリーニングを。



舌の汚れ

下の汚れである「舌苔」も、においの原因です。

舌の表面は非常に微細なひだが無数に存在しています。これらの突起は「舌乳頭」と呼ばれ、毛足の長いじゅうたんのような構造です。この「肉のじゅうたん」にお口の粘膜の細胞や、細菌が付着し、ベトリと厚い層になったものが舌苔です。



舌ブラシなどを使ってお掃除しましょう