



中川 洋一 先生

略歴

1980年 4月 鶴見大学歯学部 口腔外科学第二講座

1990年 4月～1992年 6月 Department of Oral Biology, University of Florida

2011年 4月 鶴見大学歯学部 口腔内科学講座

2015年 4月 鶴見大学歯学部附属病院 口腔機能診療科

日本口腔外科学会認定 口腔外科専門医・指導医

日本口臭学会認定 専門医・指導医

日本歯科薬物療法学会 編集委員長

これで解決！口臭予防

鶴見大学歯学部附属病院口腔機能診療科 中川 洋一

はじめに

「歯科でクリーニングをしてもらっているのに口臭がなくなる」と訴える患者が少なくない。

口腔由来の主な臭気物質は、揮発性硫黄化合物 (volatile sulfur compounds, VSC) であり、プラークや舌苔が主な発生源となっている。そのため口腔由来の口臭は、口腔のケアで解決できるはずである¹⁾。

なくなる口臭はどこに問題があるのだろうか。その解決方法を考えてみたい。

1. 口臭の原因とセルフケア

口臭予防は、口臭の発生源を明確にすることから始まる。判断方法は消去法である。口臭測定⇒歯のブラッシング (セルフケア) ⇒口臭測定⇒舌清掃 (セルフケア) ⇒口臭測定という、検査と処置を繰り返すことによって、測定値の減少からブラッシングや舌清掃の効果を評価するとともに、口臭の発生日部位を明らかにする²⁾。このことによって、セルフケアのポイントが明らかになる。

2. 歯のブラッシング後に減少しない口臭

歯のブラッシングのあとに口臭が下降しないばかりか上昇することが少なくない¹⁾。これは上顎の歯の口蓋側をブラッシングする際に、歯ブラシの柄が舌背に接触し、そのために舌の汚れを巻き上げてしまうからである。そのようなケースは舌背に口臭の原因があるため、舌清掃に重点が置かれる。

3. 一般に普及している舌清掃法の効果

口臭対策としての舌清掃の重要性は広く知られているものの、舌ブラシや舌スクレイパーを用いた機械的 (物理的) 清掃法は熟練を要するためか、指導を受けずに行われている場合の舌清掃効果は低い³⁾。

4. セルフケアで消失しない口臭の診断と対処

日常で行っているセルフケアによって口臭が消失しない場合は、専門的な介入が必要となる。セルフケアで口臭が消失しない⇒専門的舌清掃⇒口臭測定⇒専門的歯面清掃⇒口臭測定の手順で、専門的に介入し、治療的診断を行う^{1,3)}。

5. 物理的舌清掃

日常で行っている清掃法での効果が不十分な場合、ガーゼを併用する。ガーゼに付着する色によって汚れの残存を確認することで清掃効果を評価できる³⁾。舌背の後方、とくに左右の舌根に近い部分に取り残しが多い。この部分の専門的清掃と清掃指導は重要である。舌に圧がかかりにくい吸引法も有用な舌清掃法である⁴⁾。

6. 化学的清掃法

歯ブラシや舌ブラシを用いる物理的清掃法は熟練を要する。一方、歯磨剤や洗口液を用いる化学的清掃法は熟練が要らない反面、製品によって効果に差があることが考えられる。ハイザックNリンス (ビーブランドメディコーデント) を歯のブラッシング後に洗口液として使用したところ、ブラッシング後に残存したVSCを即効的に減少させた。このことからハイザックNリンスは、舌の機械的清掃との併用や、簡便に即時的にVSC発生を抑制させたい場合などに有効な化学的方法と考えられた⁵⁾。

まとめ

口臭予防は舌清掃が重要であり、症例に応じて物理的・化学的清掃法を効果的に適用することが解決につながる。

文献

1. 中村幸香, 他: ブラッシングのあとに増加するVSC値. 日口臭誌, 6:21-28, 2015.
2. 西岡千賀子, 他: 揮発性硫黄化合物測定に基づく口臭診断アルゴリズム設定の試み. 日口臭誌, 2:11-17, 2011.
3. 中村幸香, 他: 口臭外来受診者が日常行っている舌清掃方法の口臭除去効果. 日口臭誌, 7:11-17, 2016.
4. 山本健, 他: 吸引法を用いた専門的舌清掃法の開発. 日口臭誌, 2:19-23, 2011.
5. 中村幸香, 他: 塩化亜鉛配合の液体歯磨ハイザックNリンスの口臭抑制効果～口臭外来におけるパイロットスタディ. 歯薬療法, 36:108-112, 2017.