

ビーンズレター

ドライマウス

こんな症状で悩んでいませんか？

- 口が渴く
- のどが渴く
- 口の中がねばねばする
- 口の中が赤くなる
- 舌がつるつるになっている
- パンやビスケットなど乾いたものが食べにくい
- 味がおかしい
- 目と口が渴く
- 口角（口の端）が荒れる
- 胃腸の調子が悪い
- 夜のどが渴いて目が覚める
- 口臭がある
- 入れ歯で口の中が傷つきやすい
- 皮膚が乾燥する
- 指先が冷たくなる

口の渴きで困っている方が日本に 3,000 万人いると推定されています。人口の 25% が口腔乾燥であるという欧米の報告から換算した潜在患者数です。

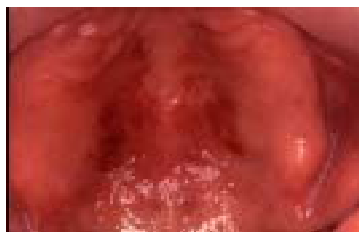
唾液は、食べる、味わう、飲む、話すといった人間の根本的な機能を営む上で、重要な役目をしています。この機能が落ちると QOL（生活の質）が低下するだけでなく、成長因子や抗菌物質を分泌していることから、全身の臓器にも影響が出てきます。

口が渴くだけではないドライマウス

一日に 1.5 ~ 2 リットルもの唾液が、耳の下、ほほの内側や舌の下などから分泌されます。「ドライマウス」はこの唾液腺に異常が起き唾液が出にくくなったり、出なくなるのです。

原因は、最も多いのが降圧剤や抗アレルギー剤などの薬の副作用で、患者さんのほぼ半数を占めるといわれています。そのほかシェグレン症候群といって、免疫細胞が誤って唾液腺を異物として処理してしまう自己免疫疾患や、放射線治療による唾液腺の障害、口呼吸による過蒸発、外傷、脳血管障害、神経障害、糖尿病場などの全身疾患関与、ストレス、うつ病など神経症、咀嚼筋の衰え、加齢理的唾液分泌低下なども原因に挙げられます。

ドライマウスが問題になるのは、唾液には消化能力だけでなく、口の中の殺菌や再石灰化能力が低下し、虫歯、歯周病、口臭の原因となることです。



ドライマウスからカンディダ症を発症



液の分泌を促し、あわせてカンディダの治療、歯茎のブラッシングで治癒しました

唾液は若返りの秘薬

脳細胞は加齢と共に死んで、増えることがないというのがこれまでの医学の常識でした。ところが近年、脳にも脳を再生するオリジナルな細胞（幹細胞 ステムセル）があることが、明らかになりました。歳をとって物覚えが悪くなるのは脳神経が壊されたことが原因と考えられます。若くても歳をとっても脳の神経線維は壊れるのですが、若いほど神経線維が壊れなくなるよう維持する力や、修復する力を持っています。唾液の分泌量が多ければ、唾液に含まれる神経成長因子（NGF）も多く産生されることになり、NGF が体内に多く分泌されれば、脳細胞が破壊されにくくなり、また修復されやすくなるのです。

そうなんです。

つまりよく嚙んで、たくさん唾液を出すことが
脳の若返りにつながる方法といえるでしょう。