

# グレースデンタルクリニック

## 訪問歯科新聞 <4月号>

<発行元>  
医療法人社団 慶実会  
グレースデンタルクリニック 湘南分院  
〒252-0804  
神奈川県藤沢市湘南台2-17-17  
グランドメゾン湘南101号  
TEL: 0466-44-4184  
FAX: 0466-44-4185

フリーダイヤル: 0120-169-902

## 花粉症とお口の健康のお話

暖かな季節になりましたが、花粉症があると春も憂鬱になってしまいますね。

実は、花粉症は葉の健康にも間接的に影響を起こします。花粉症の時期に気を付けたいお口の健康についてご紹介していきます。

### 花粉症がお口の健康に関係する理由

#### 1. 鼻づまり

口呼吸によってお口の中が乾いてしまい、細菌が虫歯や歯周病繁殖しやすくなるため虫歯や歯周病のリスクが上がり、口臭も悪化します。

#### 2. 花粉症の薬で口が乾きやすい

薬の副作用でもお口の中が乾き、虫歯や歯周病のリスクが高まるだけでなく、口の中の痛みや味覚障害などを起こしやすくなることは珍しくありません。

#### 3. 歯に痛みを感じることも?!

花粉症による鼻の炎症が原因で上奥歯にズーンと重苦しい痛みがある場合、上顎洞炎を起こしている可能性も考えられますので、一度歯医者で診てもらうことを勧めます。

### 口呼吸はほかにも様々なリスクが!?

#### 1. 風邪、インフルエンザ等の感染症にかかりやすくなる

鼻毛や鼻の粘膜などのフィルターによって取り除かれるウイルスやホコリ等が口で呼吸するとそのままのどの粘膜に付着し、感染を起こしやすくなります。

#### 2. 歯並びや骨格の形成に影響する

成長期の段階で口呼吸していると、口呼吸に対応できるような歯並びや骨格になってしまいます。

### 花粉症の時期のお口のケア

花粉症による鼻づまりの症状がひどい人や花粉症の飲み薬を飲んでいる人は、通常よりも虫歯・歯周病のリスクが高まっているということをよく認識しておくことが大切です。

そのため、普段よりもより気を付けるくらいの感じでお口のケアをすることをお勧めします。お口が乾いた時は、水分補給・洗口・飴をなめることもよいです。



医療法人社団 慶実会  
グレースデンタルクリニック

### 【クリニックから一言】

春は検診の時期ですね。お口の検診もぜひお待ちしております。