

トピックス

口臭の原因について

奥羽大学歯学部口腔外科学講座 中 江 次 郎

口臭の主な原因は口腔内細菌が食渣や脱落上皮などを分解する際に発生する揮発性の硫化化合物(VSC: Volatile Sulfur Compounds)で、硫化水素: H_2S , メチルメルカプタン: CH_3SH , ジメチルサルファイド: $(CH_3)_2S$ の3種類のガスによるものである。これらは口腔環境や全身疾患の有無, 食生活や生活習慣などの要因によって変化する。特に近年は健康補助食品や激辛ブームなどにより食生活が著しく変化しており, 口臭への関心度や口臭の要因も変わりつつあると考えられる。

自分の口臭はわかるのか?

ヒトの嗅覚機能は多彩で, 色々な臭いを検知することができる。さまざまな臭気は鼻腔上部の嗅上皮から嗅神経により, 脳へと伝えられる。自分の口臭は後鼻腔すなわち口腔側より伝わる臭いにより, 自分の臭いに対して臭い順応を起こすため, 自分の口臭は判断しにくくなる。

口臭とは

人が会話や呼吸で吐き出した息を, 他人が不快と感じ, 悪臭と判断したときに口臭となる。これは, 体臭も同様であり, あくまでも他人が不快と感じたときに判断されてしまう。しかし, 誰にでも体臭や口臭はあるもので, 臭いのない人はいない。

口臭の分類

1. 生理的口臭

生理的口臭は器質的変化や原因疾患のないもの。日常生活において, 誰にでもある口臭。

- ①起床時
- ②空腹時
- ③緊張したとき
- ④ストレスを強く感じたとき
- ⑤生理中・妊娠中
- ⑥便秘
- ⑦歯磨き後3時間以上経過

2. 飲食物による口臭

- ①ニンニク
- ②アルコール
- ③たばこなど

3. 病的口臭(他臭症)

- ①歯周病
- ②齲蝕
- ③舌苔
- ④全身疾患によるもの

4. 心性口臭(自臭症)

口臭がないにも関わらず, 自分自身は口臭があると信じ込んで悩む。

口腔乾燥によるもの

口腔乾燥がおこるのは, 唾液の分泌が抑制されておこることが多く, 日常生活の中で誰にでもおこるものや, 病気によるものなどがある。

日常においては緊張やストレスにより口腔乾燥がおこる。

病気によるものでは, よく知られているのが糖尿病や口腔乾燥症である。また, 薬剤の副作用によるもの, 特に高血圧症の患者さんによくみられます。その他にも口腔乾燥の副作用を有する薬剤はあり, 患者さんが内服している薬や, 歯科医師が処方する, 鎮痛剤や抗炎症剤などでも口腔乾燥がおこる。

口腔乾燥症では, シェーグレン症候群があり, 口腔乾燥(ドライマウス)・目の乾燥(ドライアイ)として知られている。

臨床においては, 口臭を気にして来院する患者さんの口臭測定を行うと, 口臭がないことが多く, 生理的口臭の範囲である。

口臭治療を行って行くにはまずは口腔内清掃, 特に歯周治療や舌苔清掃を行っていくことが必要である。