

入れ歯が落ちてくる原因を探る!!

「入れ歯が落ちてきて御飯が食べられない」「話すに入れ歯が落ちてくるから話せない」「こんな言葉を往診の現場でよく耳にします。食べることが楽しみ、一つでもある高齢者にとって、食べられないというのはとても辛いことです。また、話すことが困難な状況になると部屋に閉じこもりがちになり、そのまま話さない状況が続けば口腔周囲筋の廃用を招くことも考えられます。入れ歯は部分入れ歯と総入れ歯がありますが、一般に入れ歯が落ちてくるという訴えは総入れ歯がほとんどです。総入れ歯は吸盤と同じような要領で粘膜に吸着していますので、粘膜と入れ歯が合っていないか、粘膜と入れ歯が合っていないか、お口の中が乾燥しているか、入れ歯は安定しないところか落ちてきたり、こすれて傷になる等の原因になります。入院等で入れ歯を使用していない時間が長かったり、急激な体重の変化、清掃不良や免疫力の低下による粘膜疾患等も不適合に繋がります。症状が出たらまずはお口の中が健全な状態かどうかを診断し、必要であれば入れ歯を削合、裏打ちをするなどして調整を行います。実はこれらの不快な症状に多く関係している原因の一つが『唾液』です。唾液が増えるだけで吸着が良くなり、擦傷が改善される例はとても多いのです。高齢者の場合お薬を飲んでいますが、副作用に「口渇」と書かれている場合、唾液が減少し口腔乾燥が起きていることが考えられます。もちろんお薬は全身的なことを考慮すると飲まなければいけませんので、少しでもご自身の唾液を出す努力が必要でしょう。以前もご紹介したことがある唾液腺マッサージを毎日続けると不調な入れ歯の状態の改善だけでなく、御飯が美味しくなり、消化

乾燥は大敵!! 潤すことから始めよう!!

かを診断し、必要であれば入れ歯を削合、裏打ちをするなどして調整を行います。実はこれらの不快な症状に多く関係している原因の一つが『唾液』です。唾液が増えるだけで吸着が良くなり、擦傷が改善される例はとても多いのです。高齢者の場合お薬を飲んでいますが、副作用に「口渇」と書かれている場合、唾液が減少し口腔乾燥が起きていることが考えられます。もちろんお薬は全身的なことを考慮すると飲まなければいけませんので、少しでもご自身の唾液を出す努力が必要でしょう。以前もご紹介したことがある唾液腺マッサージを毎日続けると不調な入れ歯の状態の改善だけでなく、御飯が美味しくなり、消化

唾液腺マッサージのやりかた

耳下腺 への刺激



手を頬にあて、上の奥歯のあたりを後ろから前に向かって回しましょう(10回)

顎下腺 への刺激



親指を顎の骨の内側の柔らかい部分にあてて押しましょう(10回)

舌下腺 への刺激



両手の親指をそろえて、顎の真下から舌を突き上げるようにグーっと押しましょう(10回)

も助け、風邪の予防にも効果的です。入れ歯が落ちてくることでお悩みの方はご自分が飲んでいらっしゃるお薬や、お口の中の唾液の量を一度見直してみましよう。

ドクター秀でい 四コマ劇場



スタッフ編集後記

皆さん明けましておめでとうございます。早いものでバタバタと年末年始も終わり、皆さんはどのように過ごされましたか? 僕は毎年のように同じルーティンで年末年始が終わりましたよ。忘年会が続き、遠方の友人が帰省し飲みに行き、大晦日はいつものように除夜の鐘をつき、年越し蕎麦を食べたあと実家で飲む。昼からおせち料理を食べ、みんなで運動しパチンコに行く。そんな何気ない毎年同じ正月を過ごせたことが幸せであります。若い頃は毎年違ったお正月を過ごし、遊びに遊びまくっていましたが、さすがに3度目の年男になるとこのように変わらないお正月を好むようになるんでしょね。本年も年男の僕も含め ACTデンタルクリニックをどうぞ宜しくお願い致します。

口腔ケア用品の商品紹介



できていますか!? 800円
『正しい入れ歯洗浄』

先月、入れ歯洗浄剤は真菌の除菌を目的としたものが多く販売されていることをお話しましたが、その正しい使用方法をご紹介します。まず、入れ歯を外したら、入れ歯に付着している食物残渣や細菌叢を入れ歯専用ブラシで清掃します。この際、研磨剤が含まれている歯磨剤は

入れ歯への傷の原因になるので使用してはいけません。汚れが取れるとぬめりが取れ、キュッキュクとなります。次に入れ歯ケースにぬるま湯(40℃推奨)を150cc入れ、洗浄剤を入れます。発泡したら入れ歯を浸漬しましょう。約5分で真菌の99%除菌が完了し、15分で着色が除去されます。夜間浸漬することで消臭効果が上がり、外しておくことで粘膜を休めることができます。翌朝取り出した入れ歯は洗浄液が付いた状態で再度ブラシでこすり流水でしっかりと洗い流し装着して下さい。一度使用した洗浄液はすべて捨て、ケースも洗い乾燥させましょう。入れ歯が小さくても一回一錠で洗浄効果が得られるので、分割せず一錠を使用しましょう。