

口臭とは、読んで字のごとく「口  
のにおい」です。顔を近づけての  
会話時などに相手の口臭を感じる  
ことがあります。他人は口臭の  
あることをあまり指摘しません。  
また、一般的には自分では気がつ  
かないのが、この口臭です。

したがって、家族や親しい友人  
などに口臭を指摘され、口臭の存  
在を意識するこ  
とが多いわけ  
です。しかし、ち  
よっとした一言  
から、実際は口  
臭がないのに自  
分の口はにおう  
と思いきんで悩むいわゆる「口臭  
症」の人も少なくありません。

一般に、口臭は口の中にすむ多  
くの細菌が関係しています。これ  
らの細菌が繁殖し、タンパク質が  
分解され、その結果として臭気物  
質ができます。

口臭の原因と種類を表に示して  
あります。

### ①生理的な口臭

口の中が清潔なら他人に口臭を

感じさせることはありませんが、  
だれでも少しはにおいがあり、こ  
れを生理的口臭と呼んでいます。  
生理的口臭は、起床時・空腹時・  
疲労時などに強くなる傾向にあり  
ます。

### ②飲食物、嗜好品による口臭

ニンニク・ニラなどの臭いの強  
い野菜類や、アルコール・タバコ

などの嗜好品によっても口臭が発  
生しますが、これらは一時的なも  
ので病的なものではありません。  
③心因性の口臭  
前述した「口臭症」がこれに相  
当します。

### ④病的な口臭

口臭は、鼻・肺・胃が発生源と  
なることもあります。約九割が

## 介護保険と口腔ケア(3)

### 高齢者の口臭の原因と対策(1)

口の中の病気(虫歯、歯周病)や  
入れ歯などに原因があります。

大きく深い虫歯になると歯髄  
(歯の神経)が死んで壞疽臭とい  
う悪臭を発します。歯周病も重  
度になると、歯と歯グキの境界より、  
出血したりうみが出るようになり、  
悪臭が著明になります。

入れ歯はプラスチック(樹脂)  
できており、吸水性があります。  
長く使えば使うほどだ液や細菌が



歯周病による口臭がある口腔内  
(歯垢・歯石の沈着と歯グキのはれ)

しみこんで、また表面にも食べカ  
スや歯石が付着し、悪臭を放つよ  
うになります。

高齢者は、入れ歯の装着率が高  
く、また痛みがなくても歯周病が  
高度に進行していることが多く、  
これらが口臭の原因となっている  
にもかかわらず、適切な口腔ケア  
が施されていない方が多く見うけ  
られます。

次回は高齢者口臭予防対策です。

徳島県歯科医師会

口腔ケア支援センター

担当理事 佐藤 修扇

(088) 631-3977

### 口臭の分類

1. 生理的口臭
2. 飲食物・嗜好品による口臭
3. 心因性の口臭
4. 病的な口臭
  - ①口腔疾患
  - ②鼻咽腔疾患
  - ③呼吸器疾患
  - ④消化器疾患
  - ⑤その他の疾患による