

アフタ性口内炎

口内炎は口の中の粘膜や歯茎が赤く腫れて、びらん（表面がただれること）や、潰瘍（炎症で組織がはがれること）を生じる病気です。種類や原因もいろいろなものがありますが、今回はその中で、最も多いアフタ性口内炎について触れます。

アフタ性口内炎は、円形または楕円形の潰瘍で、中心は白っぽく外側は赤くなっています。食事で痛んだり、しみたりします。大きさは直径1ミリメートル程度の小さなものから1センチメートルくらいのもまでさまざまです。潰瘍は1個だけではなく複数できる事もあります。口腔粘膜ならどこでもできますが、特に頬の内側や歯茎、舌や喉の上の方にもできます。

全身の調子があまりよくない時に見られるのが特徴です。風邪の引き始めや胃腸の具合が悪い時、女性では月経時や出産後などによくできます。ビタミンの欠乏や精神的ストレスも原因となり、体質的にできやすい人がいるとも考えられています。

通常1週間から2週間で緩解します。睡眠を十分にとり、過労を避けてください。長引いて歯茎や唾液腺が腫れて熱が出る事もあります。その場合は、全身性の病気に伴って生じていないかよく経過をみながら、解熱剤や抗菌剤を投与します。痛みの強い時や症状を抑えたい時は、副腎皮質ホルモン剤や抗菌剤を含んだ軟膏を患部に塗ります。悪化させないためには普段から口の中を清潔に保つ事が大切です。雑菌が患部に入ると腫れや痛みが増大します。尖った歯石や欠けた虫歯が原因の事も多いです。含漱剤（うがい薬）が予防に効果的です。歯科において保険で処方される含漱剤は低刺激で粘膜にやさしいものがほとんどです。どうぞ活用ください。

万一、頻繁に口内炎を繰り返し、目や特定の部位の皮膚にも炎症をきたす場合はベーチェット病（※）の可能性があり注意が必要です。

※皮膚、目、粘膜、内蔵などに炎症を起こす全身性の炎症疾患

文 いずみ歯科医院

副院長 泉 信行先生