

加藤新聞



漢方薬と口腔乾燥症

歯科疾患と漢方薬

歯科医療で漢方薬に保険が適用できると知っていましたか？

次のように、11種類の漢方薬が保険適用となっています。

① 歯牙痛、抜歯後の疼痛、歯齦炎など

・立効散(りっこうさん)

② 口内炎

・黄連湯(おうれんとう)

・茵陳蒿湯(いんちんこうとう)

③ 口渇(口腔乾燥症)

・五苓散(ごれいさん)

・白虎加人参湯

(びゃっこかにんじんとう)

④ 歯槽膿漏、歯齦炎

・排膿散乃湯

(はいのうさんきゅうとう)

⑤ 上半身の神経痛

・葛根湯(かっこんとう)

⑥ 急激に起こる筋肉の痙攣を伴う疼痛、筋肉・関節痛

・芍薬甘草湯

(しゃくやくかんぞうとう)

⑦ 病後の体力補強

・補中益気湯(ほちゅうえつきとう)

⑧ 病後の体力低下

・十全大補湯

(じゅうぜんたいほうとう)

季節的に空気が乾燥しており、インフルエンザが流行しています。そこで、「③ 口渇(口腔乾燥症)」について詳しく説明します。

口腔乾燥症(ドライマウス)

近年、口の乾きや唾液が出ないといった口腔乾燥症を訴える人が増えています。口腔乾燥が進むと、味覚異常や口臭、舌痛症、義歯のガタつきなどの症状が発生します。原因は、加齢による唾液分泌機能の低下、薬の服用、ストレス、口呼吸など様々なものがあります。



口腔乾燥症の予防法

1) こまめに水分補給をする

唾液の元は水です。こまめに摂取しましょう。

2) よく噛んで食べる

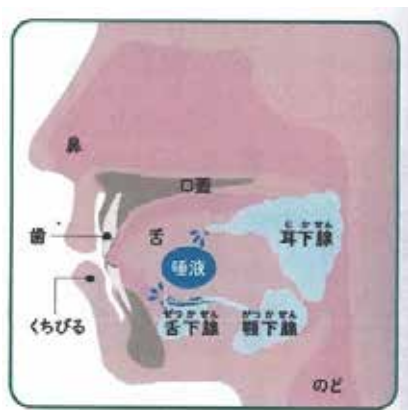
よく噛むことで唾液の分泌が促されます。

3) こまめに歯みがきをする

歯みがきによる刺激でも唾液の分泌は促されます。

4) 唾液腺をマッサージする

耳下腺、顎下腺、舌下腺などの大唾液腺をマッサージで刺激すると、唾液の分泌が促されます。耳下腺は後ろから前に、顎下腺・舌下腺は下顎の外から口腔内に向けて圧をかけるようにマッサージを行います。



① 耳下腺マッサージ



耳の前方脇を後ろから前方へ回すようにマッサージする。

② 顎下腺マッサージ



顎のえら(下顎角)の下を親指で突き上げるように押す。

③ 舌下腺マッサージ



顎の真下(顎二腹筋の脇)の下を親指で突き上げるように押す。

※参考書籍

nicoo2020.11

クインテッセンス出版株式会社

2024年1月

加藤新聞 Q & A

Q 新しい1年が始まります！
始めてみたいことはありませんか？

院長 中断してたBikeツーリング、
トレーニング、マイクロス

河岡 コープトレーニング

倉岡 ジョギング
中断してた趣味の

資格の勉強

松岡 断捨離

笹田 引っ越してから全然出来てな

い子供部屋の整理

吉村 写真の整理

Q これから寒い日が続きますが、
そんな日に食べたいものは？

院長 ちゃんこなんていいね

河岡 おでん

倉岡 コンビニの肉まん、ピザまん、

あんまん

松岡 鍋

笹田 からーい鍋!!

吉村 おでん



今月のコラム

倉岡 朋子

加藤新聞をご覧いただきましてあ
りがとうございます。受付兼助手の
倉岡です。

さてさて新しい1年が始まりまし
たので、今年の目標を掲げてみたい
と思います。有言実行です。

アンケートでも答えたように今年
は趣味の資格の勉強をしてみよう
と思います。今考えているのは数検と
漢検と世界遺産検定です。

エキスパートとまで
はいかないけど、簡
単な級に挑戦してみ
たいです。



そしてコロナも明けたし、旅行解
禁!!したい!京都にも行きたいし、
ディズニーにも行きたいし、今ユー
チューブのお気に入りで見えてい
るお店が山形県にあるのでぜひ行っ
てみたいと思います。初の東北で
す!

今オンラインゲームにはまってい
て、日本のみならず、海外の方とも一
緒にゲームをしているのですが各々
の地域のオススメの
グルメの話で盛り上
がったりします。そ
ういったこともあつ



てより一層いろんな地域を訪れたい
という欲望に駆られております。世
界遺産検定も勉強して行ったりつも
りになるのを目的にしています(笑)
できる、できないにかかわらずい
ろんなことに挑戦する1年にしたい
と思います!...仕事は?...ほど
ほどに頑張ります。



院長のオススメ図書

スキンケアの新常識

・マッサージは習慣にしない

・「ピーリングが新陳代謝を活性化
させる」は誤り

・「尿素入り」のクリームは特に危険

・「皮脂の酸化」といった言葉は気に
しない

・タバコは美肌の大敵

・イメージ広告に騙されない

知ってました?

他にも新常識続々。皆さんには是非
読んでいただきたい。

< 参考書籍 >



『10万円のクリームより効く
「何もつけない」美肌ケア』

株式会社マキノ出版

休診日のお知らせ ※日曜・祝日定休

2024年 1/13(土)、2/17(土)、2/29(木)

土曜日午後診療のお知らせ ～ 矯正治療 ～

2024年 1/20(土)、2/24(土)

予告なく変更する場合がございます。ご了承ください。
詳しくは院内掲示板、またはHPをご覧ください。

医院紹介動画を 作りました!



ホームページに
掲載中です。
是非ご覧ください!



Q&A総数1,500件以上! 歯の悩みをすぐに解決!!

HPを是非ご覧下さい!



<https://www.kato.or.jp/question/>

加藤歯科医院

検索