

“フレッシュメイトソフト” Q&A

Q 1 : 口臭の原因は？

A : 口臭原因の80%以上が口腔内局所からで、

- ①病的な場合の代表的なものが歯周疾患の排膿(歯槽膿漏)によるものです。それでも、慢性期では60%がポケットからでなく、舌苔からきています。
- ②健康な人の場合は、デンタルプラークそのものからの発生は少なく、舌背後方2/3にたまった舌苔が主要な口臭の原因です。この舌苔から揮発性イオウ化合物が発生し口臭の原因となっています。

Q 2 : 健康な人ではどんな時、口臭が発生しやすいのですか？

A : 満30歳以上の成人では、主に14%が口臭を気にしています。

- ①唾液分泌量が低下したとき。(例：緊張性口臭、老人性口臭など)
- ②起床時や食前
(食事をとる事により舌苔も食物といっしょに洗い流され、口臭がしばらくの間消えます。)

Q 3 : 口臭の判定方法は？

A : 機器分析法と官能測定法があり、官能測定によって最終判断を行います。日常臨床での検査方法は官能試験で十分です。

Q 4 : 舌苔とは何ですか？

A : 舌苔は舌背に発生し、剥離粘膜上皮や遊離白血球に細菌が繁殖し塊となったもので、この舌苔中の口腔内嫌気性菌が蛋白質成分を分解・腐敗させることにより、口臭の原因となるガスが発生します。

Q 5 : なぜ舌苔がたまるのですか？

A : 舌苔は健常者の舌背の72%にみられ、中年に多く、舌の糸状乳頭の過角化が舌苔の原因といわれています。体調の悪いときや、カゼなどの発熱のあと、夜更かし、深酒のあと等に多く発生する傾向にあります。

Q 6 : 舌苔と誤嚥性肺炎の関係は？

A : 寝たきり高齢者などで、就寝中に口腔内のプラークや食物残渣が誤って肺に落下することがあります。この時、抵抗力が弱く、咳反射機能が低下していると排出されずに急性肺炎を併発することがあります。このような肺炎を誤嚥性肺炎とよび、高齢者の肺炎の80%に相当するといわれ死亡原因の第1位となっています。この予防には舌を含む口腔清掃や義歯の洗浄が必要です。

Q 7 : なぜ舌清掃が必要なのですか？

A : 健康な人でも生理的な口臭があり、舌苔があると口の中がモヤモヤします。その除去には舌清掃による舌苔除去が最も効果的です。

“フレッシュメイトソフト” Q&A

Q 8: 洗口剤の効果は？

A：含嗽剤や洗口剤の薬効は30分～1時間と短いため、原因療法を行わずに頼るべきではありません。

Q 9: 舌ベラと舌ブラシの違いは？

A：①ヘラ状のものはハードタイプ(剛性)とソフトタイプ(軟性)に分けられます。竹や鯨のヒゲに代表されるハードタイプは、舌粘膜に過度の負担を与え、傷つけ易く慢性炎症をひきおこす危険性があります。他方、ソフトタイプは粘膜に優しいものの、先端部が変形して丸くなりやすく、舌乳頭(舌ヒダ)間にとどきにくいために効果的な清掃が困難です。

②ブラシタイプは、単に歯ブラシを横にしたような植毛タイプと、ねじりブラシタイプがあります。歯ブラシのような植毛タイプは、ブラシの高さが高く、どうしても植毛部分が大きくなるため、嘔吐感が強くなり、舌の奥までとどきにくくなります。他方、歯間ブラシとしても使用される“ねじりブラシ”は、各フィラメントの直径が歯ブラシ(Φ0.2mm)の約半分の極細ナイロンブラシ(Φ0.1mm)、舌粘膜にも優しく、外形もコンパクトにすることができ、嘔吐感も少なくなります。

Q 10: なぜ“ねじりブラシ”が舌清掃に適しているのですか？

A：①ねじりブラシは、歯間ブラシにみられるように、2本のワイヤー間にナイロンブラシが360度挟み込まれているため、手前に引き出す方向に舌背に対して常に直角にあたるようになります。そのため舌乳頭(舌ヒダ)間に入りやすく、たまった舌苔を効果的にかきとることができます。

②極細の軟らかいナイロンブラシのため粘膜を傷つけません。

③コンパクト化が可能となり、嘔吐反射がおこりにくく、舌の奥まで清掃できるようになります。

Q 11: 弊社の舌ブラシ『タングメイト』との違いは？

A：『フレッシュメイトソフト』は『タングメイト』を改良したねじりブラシタイプで、カナダのブリティッシュ・コロンビア大学 歯学部口臭科 八重垣 健教授との共同開発品として、要介護者にも安心して使用できるように開発されました。

【タングメイトとの相違点】

①誤嚥性肺炎の予防を目的として、かきとった舌苔はすべてスプーン内にたまり、口の外へもれなく取り出せ、かきだした舌苔が視覚的に確認できるようになりました。

②ケアをする人が持ちやすいように柄が長くなりました。

③ケアをする人の強い力でも、下記の3段階の緩圧機構により、ケアを受ける人の舌粘膜が傷つきにくいようになりました。

I. ネック部分の弾性 II. アーチワイヤーの弾性 III. ブラシの弾性

“フレッシュメイトソフト” Q&A

Q12: フレッシュメイトソフトの使い方は？

A：舌後方2/3に舌苔がたまり易いので、舌を可能な限り前突させ、舌が作る山の頂上付近より前方にかきとります。使い方は下記の通りですが、過度のブラッシングとならないように気をつけて下さい。

- ① 1日1回
- ② 朝の歯磨き前、歯磨剤なしにて使用
- ③ 舌の後方2/3を清掃します。
- ④ 万一、舌から出血したら直ちに中止します。
- ⑤ 清掃後は、かきとった舌苔を水洗いし、ブラシを乾燥させてください。