

意外と知らない歯科知識

DENTAL CARE

咀嚼しやくと唾液との関係性 唾液の知られざる効果



赤木歯科 赤木 啓院長
歯学博士。1984年赤木歯
科開設。39年前からイン
プラント治療を行う。米イン
プラント学会アソシエイトフェ
ロー、日本口腔インプラント
学会認定専門医・指導医。
歯科医師臨床研修指導医。
再生医療認可施設。

この先生に聞きました!

「食べ物を食べる」このことは至極当たり前の行為のように思われますが、歯がなければ食べることができません。それだけでなく、噛まなければさまざまな不調の原因になると言えます。赤木先生に話を聞きました。

食べ物を噛めるすばらしさ

あなたの目の前に、まさに焼き立てのステーキが運ばれて来ました。そ

の熟成した芳醇な香り、滴り落ちる肉汁。さあ召し上がれ。と言えれば良いのですが、もし噛むのが困難なお口の状態であったらどうでしょうか?「歯周病なので歯がぐらぐらで、噛むと痛くて噛めない」「歯が何か無くてもかみ合わない」「歯がほぼ無く、噛むことすら出来ない」。こういった食べ物を諦

めざるを得ない状況に陥る可能性が誰しもにあります。

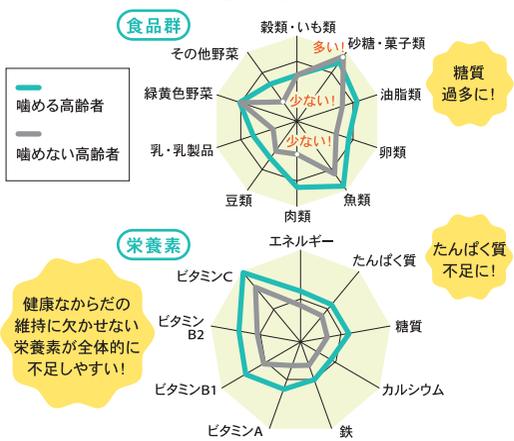
噛むことは生きること 健康とも密接に関係

今や「人生100年時代」と言われています。人生において多くの方の最大の楽しみであるろう食事が満足にできなくなれば、失うものは食事の楽しみだけではありません。精神的、肉体的な健康そのものが脅かされてしまいます。例えば、咀嚼しやく機能に障害が出て、きちんと噛むことができない人は、

高齢者でなくてもコロナウイルスに感染しやすく、なおかつ重症化しやすいことが証明されています。体の中に入るコロナウイルスの感染ルートは目、鼻、口です。その中でも口は一番の感染予防の砦として機能し、唾液の中の抗菌物質が予防で大きな働きをします。

噛む機能が衰えると唾液を出す働きが悪くなり、抗菌物質の量が減ってしまいます。特に奥歯の噛み合わせが失われると、顕著に唾液の分泌量が減り、コロナウイルスの進入に負けてしまいます。コロナウイルスにとって最大の敵は唾液です。そのことを示すように、

噛めない高齢者と噛めない高齢者 食生活と栄養接種の違い



出典:湯川晴美「かむ」と栄養の関連(東京都老人総合研究所、1996年)

唾液を生産する唾液腺に大量のコロナウイルスが確認されています。唾液は感染予防に必要な不可欠なものです。

かみ合わせと腸内細菌との関係

かみ合わせも大切です。うまくバランスがとれないとしっかりと噛み砕

医療法人 貴志会 赤木歯科

再生医療認可施設
高槻市高槻町 7-5
※2022年12/1から2年間、
仮診療所で診療しています。
仮診療所:高槻市高槻町 2-11-3F

☎072-682-0190
<https://www.akagi-implant.com/>

