



# 女性の活躍推進に必要な わたしの かかりつけ医

志村デンタルクリニック副院長  
ドライマウス外来  
**志村 真理子**



**<志村 真理子>** プロフィール  
元NTT東日本病院の歯科口腔外科勤務。ドライマウス・口腔ケア外来を開設。10数年に渡り担当多くのドライマウス患者、がん患者の診療にあたる。女性のためのオーラルケアをライフワークにしている



**志村デンタルクリニック**  
http://www.drymouth-woman.sakura.ne.jp/  
03-3580-6480(代表)  
〒105-0003  
東京都港区西新橋1-19-6 桔梗館前ビル302  
院長である夫のクリニックで、全国から訪れるドライマウス患者の診療のほか、講演会やセミナー、雑誌、テレビを通じて啓発活動を継続している。

## 女性特有のお口の変化とオーラルケア

16年に渡り、NTT東日本関東病院  
歯科口腔外科に勤務。2000年に

ドライマウス外来を立ち上げ、ドライマウスプロジェクトリーダーとしてドライマウスやシェーグレン症候群の治療にあたり、多くのドライマウスの患者さんを診てきた志村先生。現在は志村デンタルクリニックに開設した、全国初の女性専門のドライマウス外来にて診療しています。今回はドライマウスや女性ホルモンと関わりがある歯周病などについて詳しくお話を伺いました。

### 女性ホルモンと歯周病

女性は更年期になると女性ホルモンの数値が下がり、めまいやほてりなどの更年期症状が現れます。しかし全身症状ばかりがクローズアップされ、口の中も女性ホルモンの変化の影響を生産にわたり受けていることはあまり知られていません。2000年頃から、女性ホルモンと歯周病が関係あるということがアメリカの研究で報告されてきました。女性ホルモン

が活発になると、口の中の一部の歯周病菌も活発になるのです。

妊娠中は女性ホルモンが何倍にも増えますので、歯茎に炎症がおきやすくなったりします。その炎症において生産される物質が血液を介して、子宮の収縮や胎盤の炎症を引き起こし、その結果、早産ならびに低体重児出産に関与しているのではないともいわれています。報告では、歯周病になってくる妊婦さんは、歯周病のない妊婦さんに比べ、早産や低体重児出産のリスクが高いことがわかっています。以前、婦人科の先生から伺ったのですが、切迫早産で緊急入院した患者さんに子宮の収縮を抑える点滴処置をしてもおさまらなかつたことがあったそうです。歯の治療をしていたことを知り、口の中の何かの炎症が影響しているかもしれないと考え、抗生物質を投与したところ収縮が収まったという実例がありました。妊婦さんはつわりなどで衛生管理が困難

ごとに異なります、毎日の「お口にうるおいのある生活」を始めましょう。

な場合があります。ヘッドが小さいタイプの歯ブラシやふき取りタオルの口用のシートを使用するなど工夫が必要です。男性と女性の口内の環境は異なることから、日頃から女性ホルモンを意識したオーラルケアが大切ですね。

### 更年期とドライマウス

一般に唾液のパワーはあまり知られていませんが、実は唾液の中にはいろいろな酵素が入っており、自然にお口の中のメンテナンスをしてくれています。しかし更

年期以降では唾液の分泌も減ります。すると、口の中が乾きはじめ、粘膜の保護も無くなり舌が痛いなどの症状がでます。このような症状をドライマウスといいます。残念ながらドライマウスは「病気」と認められていないため、医療の現場では自己免疫疾患のシェーグレン症候群などの病気から起きている場合以外は、口の渇きや舌の痛みを訴えても「年のせい」「気のせい」などと言われ「異常なし」と帰されてしまいます。ドライマウスの原因は、加齢や、ストレスなどが主ですが、同じ中高年でも男性より女性にドライマウスが圧倒的に多いことから、女性ホルモンとの関係も指摘されていますが、まだまだドライマウスの研究が進んでいないため確証はありません。ドライマウスにきちんと対応できていない現状から、患者さんはドクターショッピングを繰り返しています。舌の痛みのためブロック注射を打っていたという

患者さん。味覚異常で来院された患者さんは精神的なものだと思ひ込み向精神薬が手放せない状態でした。痛みがあつて治らない、日本全国どここの病院に行つても原因がわからないなどの不安が蓄積し、精神的にも落ちこんでいきますから、そうなる前に更年期の口の中への影響、ドライマウスについて理解していただきたいです。対策として、乳酸菌由来で低刺激性のドライマウスケア用品があります。保湿効果もありジェルタイプ、マウスウォッシュ、歯磨きなどを使用しケアをするだけで症状は良くなりかわっていきます。ドライマウスで悩んでいることがストレスになっている患者さんも多いです。一つの科では対応が無理な場合もありますので、婦人科医師、看護師、助産師、精神科医師、臨床心理士、開業薬剤師など様々な医療関係者の方々に、一緒にサポートしていただきたいです。女性のオーラルケアはホルモンステージ

お口にうるおいのある生活を

## ペプチサル



**左上** ペプチサルジェントルマウスジェル  
お口にやさしい低刺激性の口内ジェル、乾燥した口内に塗布して保湿をする

**左下** ペプチサルジェントルトゥースペースト  
低刺激の歯磨き剤。一般の歯磨き粉がしみて使えないという人向け。通常含まれている発泡洗浄剤(ラウリル硫酸ナトリウム塩)が無配合。

**右** ペプチサルジェントルマウスウォッシュ  
ノンアルコールの刺激の少ない洗口液。うるおいをキープしながらペパーミントの味でさわやか洗浄