

口のなかのお話

健康講演会〜第6回〜

ておくことです。

口が痛くて食べられない

口のなかの構造や形成外科に関するものについて、昨年12月7日(水)に行われた第6回健康講演会での、山本耳鼻咽喉科形成外科(光台4丁目29番地)の山本ゆき子医師の講演内容を紹介します。

講演では、手鏡を各自使い、

口のなかを見ながら声を出したり、のどの奥を詳しく観察したりしました。状況によって鼻からファイバーを挿入して観察できることなどについて、スライドを使った説明もありました。

さらに、参加者からの質問に対して山本医師からの回答やアドバイスがありました。その内容は次の通りです。

のどが痛い

Q・予防のためには、何をしたら良いですか？
A・うがい、手洗い、禁煙、日ごろから免疫力をつけ



Q・口内炎が起きたら、どう
いう治療がありますか？
A・ウイルス感染による口内
炎は特に治療はなく、栄
養補給や休養などで治し
ます。

Q・ヘルペスウイルスの予防
注射はありますか？

A・ヘルペスは7〜8種類
(帯状疱疹や口唇ヘルペ
スなど)ありますが、予
防注射はありません。ヘ
ルペスウイルスは多くの
人が持っている。帯状疱
疹は水ぼうそうにかかっ
たことがある人が風邪を
引いたり疲れやストレス
がたまったときなど、体
内の抵抗力が弱まること
が発症の原因となります。

のどに骨が刺さった

Q・昔、魚の骨を取るにはこ

飯を食べて飲み込むと聞
きましたが、正しいで
すか？
A・骨がのどの奥へ入ると、
見えにくく摘出が困難に
なります。早めに受診を
してください。

おたふくかぜ

Q・おたふくかぜは、大人
になってもかかること
がありますか？

A・おたふくはムンプスウイ
ルスの飛沫感染で大人に
なってもかかること
があり、子どもより重症
化しやすいです。

口が臭い

Q・舌苔^{シヤウタイ}は取る必要が
ありますか？
A・菌みがきは大事ですが、

舌を清掃しすぎて良い細
菌まで取ってしまった、傷
をつけることがあるた
め、無理に取らないほう
がよいという考え方もあ
ります。

食事中にむせる

Q・高齢の両親がいるので、
むせないために何をすれ
ば良いですか？

A・口を大きく開けて、アナ
ウンサーがするような発
声練習や早口言葉などお
風呂ですると反響して良
いと思います。また人と
よく話すこと、舌の体操
(左右・前後・上下)な
どもおすすめです。

口のなかで濁く

Q・唾液が出る場所はどこで
すか？

A・両方の上あごの第一大臼
歯の上、舌で触れるとこ

ろや舌の下にあります。

舌の痛み・出血(舌がん)

がんは奥歯とすれる場所に
多く、梅毒は舌の上中央部、
結核は舌の先に発症しやすい
です。

首にしこりがある

少し硬めのしこりはがん
(咽頭がん、悪性リンパ腫)
の可能性があるので、注意し
てください。

扁桃周囲膿瘍^{トナソウイノウ}などの炎症で
も、首のリンパ腺が腫れます。
膿を出す、早く治ることも
あります。

[注] 舌の表面につく食べかすや
粘液、パネチアなどが舌表面に
絡みついたもの。

〇問い合わせ

健康増進課保健予防係
(TEL 95-1905)
(FAX 95-3974)

健康増進計画推進
キャラクター紹介

いちご家の人々 その二

「みんなのヒロイン いちごちゃん」



名前はいちごちゃん。血液型
はAB型。音楽が大好き。好奇心
旺盛で誰とでもすぐ仲良し！

次回予告.....



さて、私は誰で
しょう。

答えは来月号で！