

たかが口内炎、されど口内炎

★口内炎、実は種類はさまざま

「口内炎」という言葉を聞いて、みなさんはどんな病変を思い浮かべますか？

おそらく、ポツツと白いものができて痛い「アフタ」を思い浮かべるのではないのでしょうか。

「アフタ」は多くのかたが経験する口内炎で、そのため「口内炎」という言葉は、「アフタ」の代名詞のように使われることも多いですね。

もともと「口内炎」とは、口の粘膜に起こる炎症の症状を、かなり大雑把にひとくくりにして表現する、とても便利な俗称なんです。「口内炎」と一般に呼ばれる症状の中には、アフタのほか、カンジダ、ウィルス感染によってできる水疱、誤って嚙んでできた傷の炎症、それから全身疾患の症状がお口の中にでたもの、癌に変化する前の病変など、数多くの粘膜のトラブルが含まれます。

★なぜ見た目が似るの？

普段あまり意識していませんが、私たちのお口の中には、ばい菌がいっぱいいます。楊枝の先にチョコッとついた程度のプラークのなかに、数億もの細菌がいるというのですからトータルすれば相当の数になります。まして、お掃除をていねいにしていないお口の中には、たいへんな数のばい菌がいるのです。

そのためお口の粘膜にできた傷、水疱、前癌病変も、それ自体には炎症がなくても、二次的に感染を起こしやすいのです。お口に入ってきた硬い食べ物は粘膜をこすります。水疱はあっという間につぶれ、破れます。すると最終的にはどの病変も同じような顔に見え、十把ひとからがに「口内炎」と認識されやすい、というわけです。

★粘膜チェックでお口もからだも健康に

みなさんのお口のなかにできた炎症は、ほとんどの場合、放っておいても平気なアフタやキズでしょう。ただ、さまざまな患者さんを診察している私たちは、「もっと早くに受診してくれたらなあ」という深刻な場面に出会うのです。

そこで口内炎ができたときは「これは大丈夫だな」とか「何かへんだぞ」と念のため疑ってみるポイントを覚えておいて下さい。粘膜の細胞は約2週間で入れ替わります。それを過ぎてなかなか改善していないときには「なにか変かな？」と念のために疑って下さい。

粘膜は健康のバロメーター。お口の粘膜の健康にも日頃から目を向けて、お口とカラダの健康を維持しましょう。