



なたまめどんの なた豆ニュース



6月のナタマメ
ぐんぐん伸びています。

たかが口内炎! されど口内炎!!

～2016年5月28日付日本経済新聞から抜粋～

食事や会話、呼吸など私たちの口は重要な役割を担っています。もしも、口腔がんなどで機能を損なえば、生活の質は大きく損なわれます。口内炎などありふれた病気も、2週間以上長引くようなら注意が必要です。長引く口内炎は、全身の病気の症状の場合や、**早期の口腔がん**の可能性があると、東京医科歯科大学 歯学部付属病院 口腔外科の原田浩之教授が仰っています。

このような症状があれば歯科や耳鼻咽喉科で相談しましょう!

- 口内炎が2週間以上経つのに治らない。
- 口の中の痛み・ヒリヒリ感が続いている。
- 食べ物が噛みにくい。
- 粘膜表面に目立った傷はないのに硬い。しこりや腫れものがある。出血している。
- 頬や舌が動かしにくい。
- 舌の横、舌の裏側、舌の下と下の前歯の間、歯茎、頬の粘膜、上顎などに白い部分がある。

口腔がんは日常習慣と大きく関連します。予防で大切なのは禁煙と禁酒です。喫煙は口腔がんなど口の中の病気の最大リスク要因です。

また、口腔内が不潔な状態だと、様々な刺激が粘膜を傷つけて口腔がんなどの危険性が増します。

毎日、丁寧な歯磨きを心がけると同時に、自分で口の中を定期的にチェックすることが大切です。

なた豆のお茶には排膿作用や抗炎症作用があり、歯周病・口内炎などのお口のトラブルに効果的です。

また、なた豆の歯磨き剤を使えば、なた豆の有効成分が直接歯茎に浸透するので、歯茎の腫れや歯周病の予防に効果が期待できます。

なた豆で
お口の中のトラブル
を防ぐどん!



発行: なた豆ナタマメ協会

〒108-0073 東京都港区三田3-2-3 万代三田ビル801 TEL: 03-3769-5670 / FAX: 03-3769-6691