



コラム ● 名医の薬箱

市販の薬の「使用上の注意」を専門医が解説

**大事なテストの前  
娘が必ず口内炎に。  
すぐ治る薬はある？**

受験生など強いストレスがあるときには、体の免疫力が落ちて口内炎になりやすいものです。実は、口内炎には、カニやエビなどの甲殻類を食べてきた傷、歯ブラシの傷で起こったもの、ウイルス性、細菌性、カビによるもの、原因不明のものなどさまざまな種類があります。残念ながらすぐ治る特効薬はありませんが、ほとんどの場合市販のステロイド剤を使うと、症状が緩和され、食べたり話したりするときの痛みは減るはず。口内炎用のステロイド剤には、患部に張るタイプと塗り薬があります。塗り薬には非ステロイド剤もありますし、薬局で相談しながら好みで選んでOKです。

なお、薬をつける前には、イソジンやアズノール系のうがい薬を口に含ませて清潔にすると

よいでしょう。このとき、うがい薬が残ると口内炎の治りが悪いので、水かぬるま湯でよく流すようにしてください。さらに、チョコラBのようなビタミン剤を併用すると、治りが早くなるかもしれません。

**はちみつを塗るといいと聞きますが本当ですか？**

「はちみつを塗る」などの民間療法は昔からありますが、もし細菌が原因の口内炎だと、かえって炎症が広がる危険性があります。細菌、ウイルス、カビが原因のものはステロイドを使っても治癒しないので、市販薬を使っても治らないときや、かえってひどくなったときには、口腔外科や耳鼻咽喉科へ行きます。

**口内炎の予防法はありますか？**

口内炎は、胃潰瘍などと同じで、体が発している危険信号です。これを予防するためには、清潔を保つと、たとえ口内炎ができて、ひどくならず済むでしょう。

そうはいっても、受験前や大事なテスト・仕事の前など、どうしても寝不足になったり休みが取れないときもあると思います。そんなときには、日ごろから、うがい薬を使って口の中の清潔を保つと、たとえ口内炎ができて、ひどくならず済むでしょう。

**口内炎と思ったら他の病気だといふこともある？**

一〇代ではほとんどありませんが、二〇代やお父さん、お母さん世代の人の中には、口内炎だと思って放っておいたらガンだったという人もいます。痛みがない場合も多いので、気がついたときには進行してしまっていることも。①二週間以上治らない、②同じところにずっとある、③一センチ以上、④赤、または赤と口の混じったような色——この四つに該当するときは要注意。口腔外科や歯科を受診してみてください。

患部が小さいとガンや前ガン病変なのかわからないこともありますが、そういうときは定期的に経過を診てもらいましょう。最後までしっかり診てくれるのが本日の名医です。



**口内炎薬  
ステロイドの前にうがい薬**

今月の担当医

新谷 信之 昭和大学歯科病院口腔外科教授。一九六二年生まれ。九二年青山女子学院歯学部卒業。ハーバード大学歯学部分子病理部門、慶應女子大学歯学部口腔外科学講座助教授を経て、二〇〇六年より現職。