

唾液ってどんなもの？



今月は「唾液について」です。

主に、耳下腺、顎下腺、舌下腺という3つの大きな唾液腺から、1日に1000~1500mlほど分泌されます。pHは6.3~6.8。交感神経、副交感神経の二重支配を受けています。

唾液の主なはたらき



☆消化を助ける 消化作用

→消化酵素のアミラーゼが含まれている。
アミラーゼは糖質を分解し、体内に吸収しやすい状態にする酵素。

☆飲み込みを助ける 咀嚼・嚥下作用

→かむことで唾液と混ざり、飲み込みやすい食塊を作る。

☆生体を守る 生体防御作用

→唾液に含まれるリゾチームは抗菌作用があり、細菌感染から生体を守る大切な酵素のひとつ。また、ムチンなどは、菌を凝集させ菌塊とし、口内から排出する働きがある。

☆粘膜を潤し滑らかにする 潤滑・湿潤作用

→口の中は、硬い歯とやわらかい粘膜が同居していますが、しゃべったり食べたりしても傷つかないのは唾液の潤いの効果！



☆口の中を清潔に保つ 自浄作用

→口の中を洗い流す役目を担っている。
分泌量が少なくなると、口の中が汚れやすくなりむし歯になったり、口臭の原因にもなる。

☆pH(水素イオン指数)を一定に保つ 緩衝作用

→唾液に含まれる重炭酸塩(イオン)[HCO_3^-]の働きによって口の中を中性に保とうとする働きのことを緩衝作用という。飲食して酸性に傾いた口の中を中性に戻すことで、歯が溶けてむし歯になるのを防ぐ。

☆酸に溶かされた歯を修復する 再石灰化作用

→むし歯菌が出した酸によって溶かされた歯のカルシウムやミネラルを歯に補充し、修復(再石灰化)するはたらきがある。

☆味覚

→食べ物に含まれる味物質(甘味・酸味・塩味・苦味・うま味の5つ)が唾液の中に溶け込み、舌の味蕾(みらい)と呼ばれる味覚受容器に届けられ、味を感じることができる。唾液が減ると潤滑作用がなくなって舌がこすれ、味蕾がなくなったり、舌炎を起こして味蕾の働きが弱くなることで、味物質がきちんと味蕾に届かなくなり、味覚障害になることがある。



縁の下の力持ちの唾液！
いろんな役割を担う唾液を大切にしましょう！

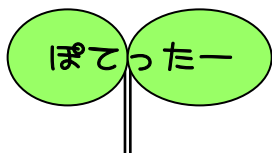


患者の皆さまへ大切なお願い

住所・電話番号、保険証が変わった時は、来院時に必ず知らせていただけますようお願いいたします。予約をお忘れになっていた、忘れ物がある、といった場合にこちらから連絡させていただくことがあります。転居や電話番号の変更などで電話が繋がらないことが多くあります。

また、月に1度は、保険証の確認をさせていただいております。月初めの来院日には保険証をご提示ください。

皆さまのご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。



『おススメの映画は？』



potettev @池田

「フォレストガンプ一期一会」
かなり昔の映画ですが…名作です。
見た事ない人は是非。

potettev @岡田

「ショーシャンクの空に」鉄板
「タクシー運転手」観ればおすすめた理由がわかります。
「まともじゃないのは君もいっしょ」笑えます。
「窓辺にて」稲垣吾郎がいい味出しています。

potettev @郡

もののけ姫 内容がおもしろいのと画面の色づかいがすごくきれいです。アシタカもかっこいいです。

potettev @佐藤

見たかったけど見れなかったのが東京リベンジャーズです。早くTVで放送しないか待ちどおしいです。

potettev @児嶋

サウンドオブミュージック
永遠の名作です。

potettev @三ツ谷

おススメというか子どもの頃から大人になってもずっと放映しているとみえしまう、風の谷のナウシカは好きですね。最近では現実にならないよう祈りながら見えますが。

potettev @吉田

この秋公開の菅田将暉主演の「ミステリと言う勿れ」この前ドラマの再放送ではじめて見ました。スクリーンで続きを観たいな。

potettev @小林

ジョニー・デップ主演の「フロム・ヘル」(2002年)です。イギリスゴシックホラーの世界が最高でした。ただしなかなかグロいので要注意…。

potettev @有井

天空の城ラピュタとナルニア国物語！
台詞を覚えるくらい観ているけど最高！

