



## 患者用インフォメーション 口内炎 (再発性アフタ性口内炎)

口内炎 (再発性アフタ性口内炎) は最もよく見られる口腔病変のひとつであり、全人口の半数以上の人々が経験するといわれています。この小さく、円形ないし楕円形の、痛みを伴う黄色味を帯びた病変は、青年期に初発することがほとんどです。通常は、舌・軟口蓋・頬・唇など、口の中の可動性のある軟らかい部分にみられます。この潰瘍病変は通常は自然に完治しますが、ある一定期間を経ると、同じ部位、あるいは別の新しい場所に再発します。古い潰瘍が治る一方で新しい病変が現れることもあります。

再発性アフタ性口内炎は以下の3型に分類できます：

**小型アフタ性口内炎:** 再発性口内炎の80%以上がこの型に分類されます。潰瘍はたいてい小さく（直径1 cm以下）、1週間程度で完治し、瘢痕を残しません。

**大型アフタ性口内炎:** この、より重症型の潰瘍は、再発性口内炎の約15%の患者に見られます。病変はしばしば2週間かそれ以上続く、典型的に直径1 cm以上の潰瘍として現れます。これらは非常に激しい痛みを伴い、しばしば瘢痕を残します。

**ヘルペス型アフタ性口内炎:** この型の病変はあまり一般的でなく、再発性口内炎の5%以下の患者に見られます。非常に小さな（時には直径1 mm以下）潰瘍の集合体として現れ、時に大きな潰瘍を形成することもあります。通常1週間ほどで完治します。



典型的な小型アフタ性口内炎



より広範囲に発生した大型アフタ性口内炎

ほとんどの場合、再発性口内炎は自然治癒します。つまり治療なしでも病変は消失します。

再発性口内炎の原因は不明です。しかし、消化器疾患などのように全身に影響するある病状のいちサインでありこともあります。もし、全身倦怠感、腹部の疼痛、眼の不快感あるいは身体の他の部分の紅斑や潰瘍に気づいた場合は、医者にご相談するようにして下さい。



# 患者用インフォメーション

## 口内炎

### (再発性アフタ性口内炎)

#### 再発性アフタ性口内炎について Q&A:

**Q:** これは感染するの？ もしも私が発症すると、ほかの人にもうつるの？

A: いいえ。この病変はヘルペスのようなものでなく、たとえ、潰瘍部と接しても感染は起こりません。

**Q:** どのようにして、ほかの病変とみわけがつくの？

A: 発生部位が大切なキーです。あなたの担当医が、確定診断のための細菌培養や生検（バイオプシー）をすすめるかもしれません。

**Q:** 何が再発性アフタ性口内炎を起こすの？

A: はっきりとはわかっていませんが、白血球細胞が口腔粘膜を一時的に攻撃するように導く、免疫システムの低下が原因と考えられています。食物の含有物、歯磨き剤やうがい薬の中に含まれる成分に対するアレルギー反応であることもあります。また、再発性アフタ性口内炎は、クローン病や栄養不良などの全身疾患と関係することもあります。

**Q:** 再発性アフタ性口内炎がアレルギーや全身疾患と関係することがどうやってわかるの？

A: あなたのかかりつけ医が注意深く病歴をとることで、多くの場合診断がつきます。時には栄養不良を調べるための簡単な血液検査や、アレルギー反応テストが必要とされることもあります。

**Q:** 完全な治療法はあるの？

A: いいえ。現時点では再発性アフタ性口内炎に対する完全な治療法はありません。しかし、疼痛を和らげたり、潰瘍の発症期間を短縮したり、発症頻度を減少することは可能です。潰瘍部に塗布する薬や、さらに強力な服用薬まで、その治療法はさまざまです。

**Q:** 予防する方法は？

A: 一番の方法は潰瘍についての“日記”をつけることです。いつ再発性アフタ性口内炎を発症したかを記録することで、あなたの食事や歯磨き剤、あるいはライフスタイルとの関連がわかるかもしれません。その記録をかかりつけ医に見せることは、より効果的な治療方法を見つけるに役立つことでしょう。



## 患者用インフォメーション 口内炎 (再発性アフタ性口内炎)

**Q:** “再発性アフタ性口内炎用” 歯磨き剤について教えて。

**A:** これらの製品は、ラウリル硫酸ナトリウム (sodium lauryl sulfate (SLS)) といわれる界面活性剤を含みません。SLS を含有しない歯磨き剤をつかうことで、再発性アフタ性口内炎の発症頻度を減少することができることもあります。

**Q:** いつ、かかりつけ歯科医に再発性アフタ性口内炎について話すべき？

- 1ヶ月のうちに、3回以上のアフタ性口内炎の発症が見られる場合
- 今まで、アフタ性口内炎のない時期がない場合
- 本情報誌シート記載されたような症状があったり、アフタ性口内炎にほかの因子が関係すると感じる場合。

**Q:** 口内炎用のたくさんの市販薬をみかけるけれど、お勧めは？

**A:** 完全な製品というのは残念ながらありません。それらの製品比較をしているよくデザインされた臨床試験もみられます。あなたにとってよく効く薬がほかの人にとってよく効くとは限りません。かかりつけ歯科医に、あなたの使ってきた製品あるいは現在使っている製品について知らせるとよいでしょう。一般にすすめられる治療薬については、患者情報シートの“再発性アフタ性口内炎の治療”にまとめられています。

このモノグラフに含まれる情報は、教育目的のみに作成されています。本情報は、専門医のアドバイス、診断、治療にかわるものではありません。健康状態についてのご質問は専門医療提供者にご相談ください。本モノグラムに提供された情報のみに頼ることは、あなたの健康のリスクにつながります。

オーラルメディシン米国アカデミー (THE AMERICAN ACADEMY OF ORAL MEDICINE : AAOM) について  
オーラルメディシン米国アカデミーは、デンタルメディシン米国アカデミーとして1945年に設立された非営利団体 (501c6) であり、1966年に現在の名称に改称されました。オーラルメディシン米国アカデミー会員は、国際的に認識されるヘルスケアプロフェッショナルのグループを含む、複雑な全身疾患・口腔粘膜疾患・慢性口腔顔面疼痛などを患う患者の口腔ケアに携わる専門医からなります。オーラルメディシンは、複雑な全身疾患の口腔管理を担い、口腔顔面領域に影響を及ぼす医科関連疾患とその病態の診断および非外科的処置を担う歯科専門分野です。

**The American Academy of Oral Medicine • (425) 778-6162 • [www.aaom.com](http://www.aaom.com) • PO Box 2016 • Edmonds • WA • 98020-9516**