



## 患者用インフォメーション

### 溝状舌

溝状舌とは、舌の表面に多くの小さなしわや溝が見られる状態をいいます。溝の深さや数はさまざま



です。舌の中央に縦に走るはっきりと見られることがよくあります。ほとんどの溝が、舌の真ん中部分1/3に見られるのが典型的です。



溝状舌はアメリカ人口の約5%におけるといわれています。加齢につれて、より頻繁にみられるようになり、重症度も増します。女性よりも男性にやや多くみられます。右上の写真は溝状舌と地図状舌のコンビネーションを、左の写真は食物の摂取のために白く覆われた溝状舌を示しています。

#### 溝状舌について Q&A

##### Q: 溝状舌の原因は何？

A: 溝状舌の原因は不明です。単に正常範囲内の状態だともいわれます。溝状舌と地図状舌（患者用インフォメーション：地図状舌 を参照）は同時にみられることもあることから、その2つの状態は関連しているという人もいます。

##### Q: どのようにその診断がされるの？

A: 溝状舌は、定期検診の際によく見つけられ、その特徴的な舌の臨床所見から診断ができ、ほとんどの場合生検の必要はありません。

##### Q: 治療法はあるの？

A: 地図状舌は、通常症状がみられず害はありません。溝から食物残渣を取り除くために舌の表面をブラッシングするなど、口腔衛生状態を良くする他に治療は必要ありません。舌を清潔にすることで、溝にたまった食物残渣のため起こりうる口臭や刺激を防ぐことができます。普通の歯ブラシに加え、舌の清掃のための多くの商品が薬局にあります。歯科医師が特定の商品をお勧めすることもあるでしょう。



## 患者用インフォメーション

### 溝状舌

**Q:** どんな人に溝状舌がみられるの？

**A:** 誰にでも（とりわけ加齢にしたがって）溝状舌のおこる可能性はあります。原因は不明ですが、他の人に感染するものではありません。

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。

オーラルメディスン米国アカデミー（THE AMERICAN ACADEMY OF ORAL MEDICINE : AAOM）について

オーラルメディスン米国アカデミーは、デンタルメディス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。オーラルメディス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、そして、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ヘルスケアをconcernする専門医からなります。オーラルメディスンは、複雑な全身疾患の口腔ヘルスケアを担い、（concer）口腔顔面領域に影響を及ぼす医科関連疾患や病状の診断と非外科処置を担う（concer）、歯科分野です。

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