

「イート通信」の「イート」は「eat」、英語で「食べる」を意味します。「お口からお  
いしく食べられるように」との思いから、このような名前をつけました。



## イートな話

皆さんは食べたり飲んだりした時、むせた事はありませんか？たいていの人はあるでしょう。もちろん私もあります。人間の口は、胃へも肺へもつながっているため、ちょっとしたバランスの崩れから、飲み込んでいるものが肺の方へ流れていこうとすると、むせてしまうのです。

人間はいつも呼吸をしていますので、肺へつながる気管の入り口が開き、胃へつながる食道の入り口は閉じています。食べ物や飲み物などを飲み込むときだけ、気管の入り口が閉鎖され、食道の入り口が開くのです。試しに、鼻から息をはきながらつばを飲み込んでみてください。飲み込む瞬間に、息が止まるでしょう。飲み込む瞬間に気管の入り口が閉鎖されて、呼吸できなくなるためです。逆に考えると、食道の入り口が開くのは、この一瞬だけということになります。飲み込もうとしているものがこの一瞬を逃して食道の方へ入りそこねると、気管の方へ行ってしまい、むせてしまうのです。しかし、意識して食道の入り口を開くことはできませんし、開いた一瞬に合わせて食べものを食道へ送り込むのも至難の業です。飲み込む反射が引き起こされ、それに合わせてタイミング良く口の中や外の筋肉が正常に動いてくれることで、きちんと飲み込めるようになっているのです。

最近、こんにやくゼリーをのどに詰まらせた事例がニュースで取り上げられました。食べて飲み込む動きは、普段、なにげなく行われていますが、実は無意識のうちに、とても複雑な動きが体の中で行われているのです。人間の体は本当に良くできているな、とつくづく感心させられると同時に、この能力を最大限に引き出してあげることがとても大切だと考えさせられる今日この頃です。



藤木辰哉



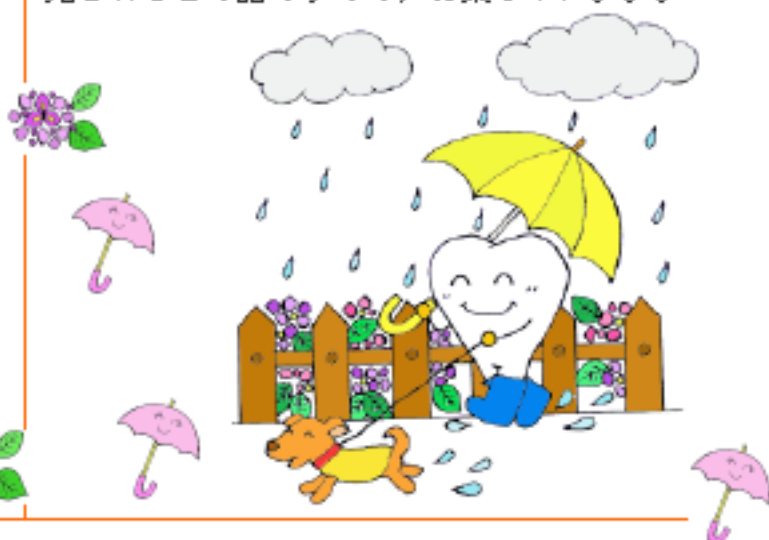
Q: 鼻炎の薬を飲むと口の中が乾く気がしますが、むし歯になりやすくなりますか？

A: 唾液（つば）の量が減りますので、むし歯になりやすくなるかもしれません。

鼻炎の薬の多くは、鼻水も止めますが、唾液（つば）の分泌も抑制します。唾液（つば）は、口の中をきれいに掃除して、むし歯になりにくい環境を作り上げる重要な役割を果たしていますので、唾液（つば）の分泌が減少すると、むし歯になりやすくなると思われます。このような薬を長期間服用し続ける場合は、ガムをかむなどして、意識的に唾液が出るようにされた方がよいと思います。



当院で販売していたキシリトールタブレットの袋入りが製造中止になりました。おいしかったのに、とても残念です。今後は、ボトル入りのタブレットのみの販売となりますので、御了承ください。しかし、まもなくイチゴ味のタブレットが発売されるとの話ですので、お楽しみに。。。



ご意見やご感想等をお寄せください。

当院のスタッフへ直接、またはE-mail(fujiki-orthod@s6.dion.ne.jp)でお願いします。