



患者用インフォメーション

毛舌

毛舌とは、舌の表面に毛の生えたような状態をいいます。これは一般人口の13%程度に起こると言われ、一時的であり無害で比較的好く起こる病変です。毛舌は、年齢にあまり関係しないとはいえ、高齢者により多く見られます。女性よりも男性によく起こり、人種による差異はありません。通常、舌は1mm程の長さの糸状乳頭とよばれる円錐型の突起に覆われていますが、毛舌ではその構造に欠陥が見られます。

毛舌は、舌の表面への刺激あるいは摩擦の不足のために起こります。結果として、ケラチン（毛髪と同じく）として知られるたんぱく質が蓄積されます。重症例では、乳頭の長さが非常に長くなり、髪の毛のようになります（右と下の写真参照）。また、乳頭が正常に



舌を覆っていないため、食物や細菌（時



に真菌）が毛状の網目の間に蓄積します。これらが舌の表面に様々な色を呈します。茶色、白色、緑色、ピンク色など、その原因—含嗽剤やキャンディ等により異なります。細菌や真菌によっては、舌は黒く見え、“黒毛舌”と呼ばれます。

毛舌について Q&A:

Q: 何が毛舌を起こすの？

A: 口腔内の不衛生、薬剤の使用、慢性あるいは多種類の抗生剤の服用、頭頸部への放射線治療、過度なコーヒー・紅茶の飲用、喫煙などが原因としてあげられます。また、軟らかい食べ物は通常の乳頭の機能に寄与しないため、毛舌は歯の無い人にも起こります。

Q: 毛舌は痛い？

A: 通常は無症状ですが、たまに細菌や真菌の蓄積のために灼熱感を起こすことがあります。毛舌のある人は、嚥下（飲み込み）の際、軟口蓋（口の中の上部後方の軟らかい部分）の痒みや嘔吐感を起こすこともあります。口臭や味覚異常も、味蕾（舌や口蓋にある、食べ物の味を感じる小さな器官）に食物残渣の溜まるために起こります。



患者用インフォメーション

毛舌

Q: 毛舌はどうやって診断されるの？

A: 多くの場合、歯科医師はじめヘルスケア提供者が臨床症状によって診断できます。生検の必要はありません。

Q: 毛舌を取り除くのにどれくらいかかるの？

A: 歯ブラシや舌ブラシによって良好な口腔衛生を保つことで、たいてい毛舌は改善されます。長期に症状が改善されない場合は、歯科医師等に相談してください。簡単に改善されない毛舌は、専門医により薬物あるいは外科的処置を用いて治療されることもあります。

Q: どうやって毛舌を予防できるの？

A: 良好な口腔衛生を保つことにより、多くの場合毛舌は予防できます。毎日歯ブラシで舌の上をきれいにすることが大切です。舌をブラッシングする際に、嘔吐感や過敏に感じられることがよくありますが、小さなブラシを使い、ゆっくりと舌の後方へブラシを動かすことで、それは防げます。様々な種類の舌ブラシがあります。舌の清掃についての質問は、オーラルメディシンなどの専門医に相談しましょう。

Q: 毛舌は再発するの？

A: 毛舌は再発の可能性が大変高く、長期予防には完璧な口腔衛生を保つことが必要です。

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 • PO Box 2016 • Edmonds • WA • 98020-9516