

口臭のセルフチェックリスト

- ☐ 朝ごはんを食べない
- ☐ 生活が不規則である
- ☐ 睡眠不足である
- ☐ ストレスが多い
- ☐ お酒をよく飲む
- ☐ タバコを吸っている
- ☐ においの強い食品をよく食べる
- ☐ 栄養ドリンクをよく飲む
- ☐ 歯肉から血がでる
- ☐ 歯石がたまっている
- ☐ 歯肉を押すと膿がでる
- ☐ 歯がグラグラする
- ☐ むし歯がたくさんある
- ☐ お口の中がネバネバする
- ☐ お口が渇きやすい
- ☐ 鼻がつまっている
- ☐ 歯磨きは1日1回である
- ☐ デンタルフロスや歯間ブラシは使っていない
- ☐ 舌に白い汚れがついている
- ☐ 入れ歯の清掃をしていない

チェックが多いと
口臭が発生しやすくな
ります



息さわやか外来の 受診について

検査日の予約をしてください

現在治療を受けている方は担当の医師・
歯科医師にご相談ください

その他の方は電話（03-5803-4559）で予約
してください

検査日当日

（診療時間 約1時間半）

質問票の記入、カウンセリング、機器による
口臭測定、歯周病やむし歯の状態、歯・舌・
入れ歯の清掃状態、唾液の量などを検査し、
口臭の有無を診断します

検査の結果

当日お知らせし、口臭がある場合には原因を
調べて、治療や指導を行います

料金（保健適応外）

（初診料＋検査料金＋口臭指導管理料）

初診時 約18,000円

診療日

月曜日と木曜日（予約制）

初診は午前中のみ

お口のおいが 気になりますか？

東京医科歯科大学歯学部附属病院
息さわやか外来では口臭の測定を行っています



- ✓ ご家族から「口がくさい」と言われた方
- ✓ 自分ではにおいがわからない方
- ✓ 口の中や舌の汚れが気になる方
- ✓ 口臭が心配な方

東京医科歯科大学歯学部附属病院

息さわやか外来

〒113-8549 東京都文京区湯島 1-5-45

電話：03-5803-4559

診療日：月曜日・木曜日（予約制）

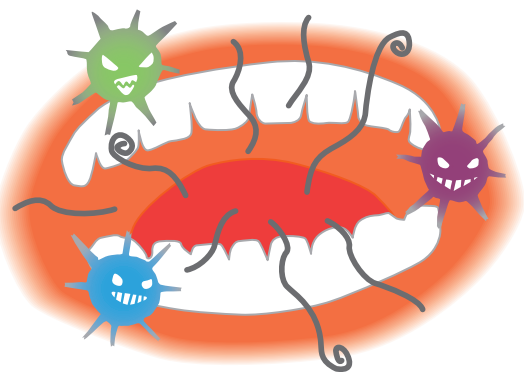
（祝祭日は除く）

口臭の90%以上は 口の中の病気や汚れが 原因です

口臭の原因となるおい物質は、口の中にいる細菌が、新陳代謝ではがれた粘膜上皮、血液成分、細菌の死骸などのタンパク質を分解してつくられます

発生するにおいの強さは、口の中の細菌の種類や量、歯・舌・入れ歯などの不潔度、唾液分泌量などによって異なります

これまでの研究から、口臭の90%以上は、口の中の病気（歯周病、むし歯）や汚れ（歯・舌・入れ歯）が原因で発生していることが明らかになっています



口臭測定では

口臭測定用ガスクロマトグラフィーやガスセンサー口臭測定器など専用の機器を使用しています



その他に、口臭官能検査、歯周病やむし歯の状態、歯・舌・入れ歯の清掃状態や唾液検査などを行い、診断しています



受診の際のお願い

検査前日

- タバコ、お酒を控えてください
- においの強い食品の摂取を控えてください

検査当日

- 起きてからの飲食を控えてください
- 起きてからの歯磨き、うがいなどの口腔清掃を控えてください
- 香水や香りの強い化粧品、整髪料のご使用を控えてください
- 服薬中の方は担当医に薬の種類をお知らせください



※口臭測定の条件は電話の際お伝えいたします。