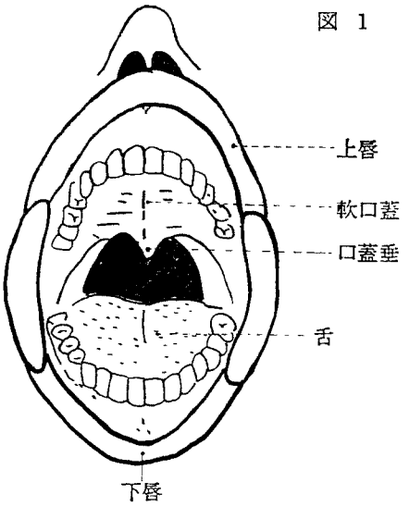
からだの科学
仕組とはたらきを学ぼう

Ⅰ 口腔（口の中）

今回から私達のからだについてシリーズで学びましょう。第一回目は口腔（口の中）についてお話します。

口腔は物を食べて飲み込む部分で口唇・舌・口蓋（こうがい）・唾液腺・歯などが有ります。

図 1



口腔内

口唇と舌

口唇の赤い部分は上皮が透明なため血液の色で赤くみえます。

舌は味の感覚器管であると同時に食べ物をのどの奥に送り込む働きが有ります。また、発音に重要な役割をしています。

舌の表面のざらざらした乳頭といわれるところに、味蕾（みらい）という細胞が在り舌の先端は甘味・塩味、両脇は酸味・塩味、奥は苦味に感じやすいと言われています。

口蓋

口腔の天井で口の中と鼻とを隔てる板です。骨で硬い部分を硬口蓋、そのうしろの骨のない軟らかい部分を軟口蓋といい真中にU字型の口蓋垂が下っています。ここが病気などでマヒすると食べ物が鼻へ回ったり鼻に抜ける発音になったりします。

唾液腺

口の中の粘膜には唾液腺が散在し、上の奥歯に近い頬の粘膜には一番大きい唾液腺の管が開いています。舌の裏側の下の前歯に近いところにも開口部が有り、食べ物が口に入ると反射的に大量・急速に唾液が分泌されます。

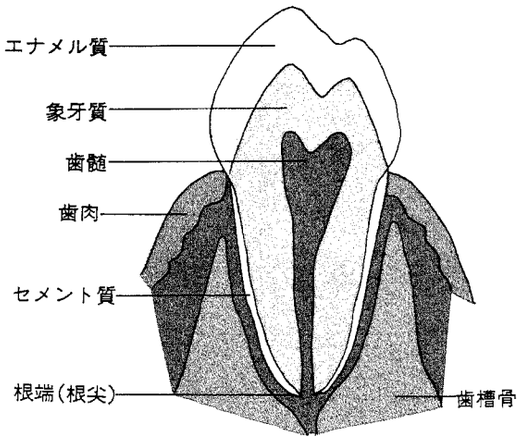
歯

歯の本数は子供の歯は二十本大人の歯は全部生えれば三十二本です。

歯の構造は図2のとおり表面は硬いエナメル質で歯の中は歯髄と呼ばれ神経血管が有り、そこから歯への栄養が入っていきます。

図 2

歯の構造



歯の大切な三つの役目

○食べ物をかむ
前歯でかみ切り奥歯ですりつぶし消化の第一段階が行われます。

○発音を助ける
前歯が抜けたりすき間が有ると発音が正しくできません。

○顔のかたちを整える
かむことで顎の形が整えられ、きれいな歯ならびは美人の条件です。

かむことをもう少し考えてみましょう。かむ行為は自然に大脳に組み込まれたプログラムで呼吸するようにリズムが有りプログラムが狂うと頬や舌をかんだり逆にかめなくなったりします。かむ力は十～二十kgくらい有り人の指などかみ切れる力です。また、かむ事は脳へ刺激が伝わり記憶力や思考力を高め、老化やボケを防止します。

このように大切な歯を図3のとおり七十歳になると二十本以上無くしているという結果が出ています。そこで八十歳になっても自分の歯を二十本は残そうという「8020運動」を進めています。それにはまず正しい歯みがきと定期的な歯科検診が大切になります。良い歯で楽しい人生を送りましょう。

次回の内容は「のど」です。

1人平均の歯を失った本数

（厚生省調べ）

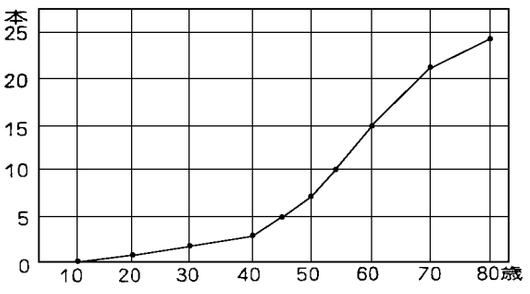


図 3