



# 口角炎

## 1.口角炎とは？

口角炎とは、口唇の端(右図矢印)に炎症が起こった状態で、口角に亀裂、腫れ、出血、ひび割れ、かさぶたなどができる状態をいいます。口角の両側にできることも、片側だけのこともあります。

会話や食事の際に唇が動くと痛みが生じます。また、患部が口元なので、傷口が人目に気になることがあります。



## 2.口角炎の原因と治療法

### (原因)

主な原因は、  
①ストレス、疲労による免疫力の低下  
②栄養不足  
(特にビタミンB2群などの欠乏)



### (治療法)

- ①生活環境の改善で免疫力をあげる
- ②ビタミンB群の摂取  
(特にビタミンB2)
- ③患部をできるだけ清潔に保つ

## 3.ビタミンB群を含む食品

ビタミンB群を含む野菜や果物には以下のようなものがあります

### 野菜

- ・ホウレン草
- ・大豆
- ・ブロッコリー
- ・芽キャベツ
- ・ジャガイモ

### 果物

- ・バナナ
- ・いちご
- ・オレンジ
- ・みかん
- ・パイナップル
- ・メロン

野菜 → ビタミンB群のほとんどを偏りなく摂取することが可能  
果物 → 主にビタミンB1・B2・B6を多く摂取することができます

詳しくは当院へご相談ください



ふたぎ歯科医院

