

歯っぴらいふ2025年9月号

あたらし歯科医院

歯科衛生士

栩木

誠子

暑かった夏も過ぎ季節は秋へと近づいてまいりましたが、まだまだ残暑が厳しくもうしばらく暑さも続きそうですね。

今年の夏は各地で40℃を超えることも多く熱中症で運ばれる方もいらっしゃったようです。

室内においても熱中症は起こりますので、必要な対策を取ってください。

先月号では歯ぎしりや食いしばりについて書かせていただきました。

今月ももう少し深くお話ししていきますね。

ブラキシズムの症状とはどんなものがあるのでしょうか？

グラインディング…上下の歯をすり合わせ、ギシギシコリコリと音を出す歯ぎしりの事

タッピング………歯の先端部をカチカチと触れ合わせる事

クレンチング………歯を強く噛みしめる、力を入れて歯を食いしばる事、

それに伴い起こりうるトラブルとは、どんなことがあるのでしょうか？

歯がすり減る

歯肉が炎症を起こして歯周病が進行します。

顎の関節に影響し顎関節症を起こすこともあります。

力の影響で歯が割れることがある



様々な原因が考えられていますが、その代表的なものとして歯並びの悪さやかみ合わせの不調和、不正、筋肉の緊張を伴う病、鼻やのどの炎症や精神的緊張や、肉体的ストレスなどで治療法としては原因となる病気があるのであればその治療歯や口の病気やナイトガード(マウスピース)の装着などがあります。

顎関節症の治療と装置について…

かみ合わせがずれるとずれを調整しようとする動きが周りの筋肉や顎の関節に負担をかけてしまいます。

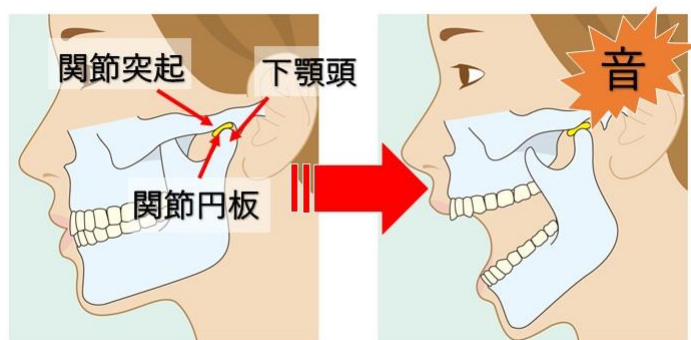
その結果痛みや凝り、開咬のトラブルなど症状が出現します。

症状の強い時歯列に合わせて作成したマウスピースを歯列にはめ、かみ合わせのずれを修正します。

顎や口の周りの筋肉の緊張がゆるみ、痛みが軽減します。

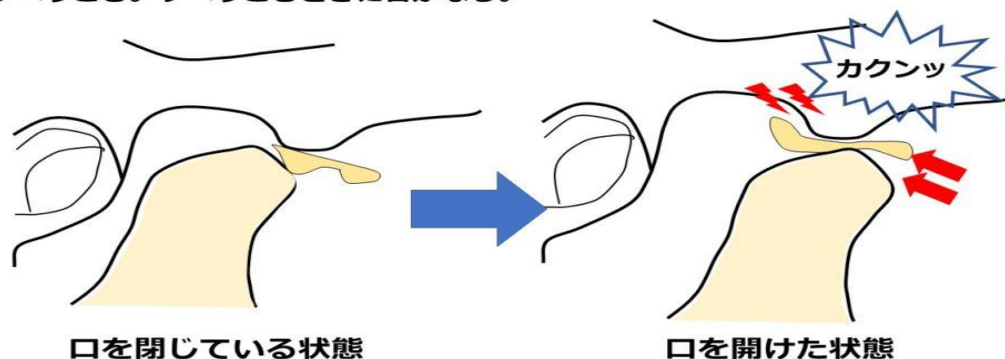
顎のずれは全身に影響してしまうこともあります。

顎の関節やその周辺に異常があると顎が痛い、音がする、口が開かない、などといった症状が出ることもあり、これを顎関節症といいます。



復位性顎関節円板障害

黄色いクッション(関節円板)がズレていて、口を開けたときに、骨同士の間ですべりこむ。すべりこむときに音になる。



ここであなとも顎関節症かもしれない…check項目

いくつあてはまりますか？

噛みやすい方ばかりで噛んでいる。

□が明けにくい

食事をすると顎が痛む

耳や耳の前方あたりに痛みを感じる。

□を開け閉めする際音がする。

□を開ける際顎が引っかかるような感じがする。

顎、耳、こめかみ、喉あたりに痛みがある

肩や首が痛い

顎を大きく動かすにくい

4個以上当てはまれば要注意です。一度歯科医院で診てもらいましょう。

顎関節症の原因としては、噛み癖やかみ合わせの不正、不調和、精神的身体的ストレスにより、顎の関節や周囲組織に異常をきたし、顎の関節のちいさなズレは徐々に□全体や姿勢のズレとして現れます。

関節円盤が本来の位置より、前方にズれてしまうことで起こります。

気になる症状がある方は、ご相談ください。

早期発見、早期治療です。

私達は虫歯や歯周病だけではなく、様々な口腔の病気に対応していかなければなりません。

すべての方が、健康な生活を営むことは出来ませんが、少しでも痛みや不調をやわらげ、気持ちも含め、リラックスし安心して治療に通っていただけるように頑張っていきたいと思います。

来月の歯っぴいらいふもどうぞお楽しみに。

歯科衛生士

栩木 誠子

