

かみ合わせとお口の健康

以前から、首や肩の凝り、腰痛、めまい、吐き気、あごの痛みといった症状が、歯科治療をきっかけに改善した例が報告されていました。近年の研究で、こうした例では歯のかみ合わせに問題があって症状がおきていることが解ってきています。お口の健康を考えると、むし歯や歯周病についてはもちろんのこと、「かみ合わせ」にも関心を向けることが大切です。

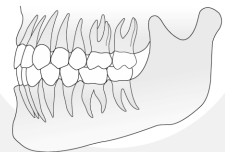
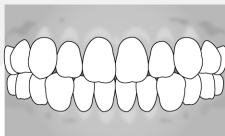
かみ合わせとは

上下の顎を閉じると、歯は顎のそれぞれの位置に並び上下は規則的にはまみあいます。そして、顎の関節が適切な位置にあるときお口はスムーズに動きます。このように、前歯、奥歯、顎の関節がバランスよくはまり、調和して動いている状態が正しいかみ合わせです。

正しいかみ合わせ

ちょっと
鏡で見
て
みましょう!

- ・前歯の中心が上下で揃っている
- ・上の1歯に対して下の2歯が対応している
- ・上下の奥歯は凸凹がぴったりはまっている
- ・上の歯は下の歯に少し重なっている
- ・顎の関節が正常な位置にある

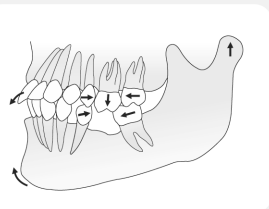


かみ合わせが狂うと

ところが、噛み癖、むし歯や歯周病の悪化、強いストレスなどがあると歯並びやかみ合わせが狂ってきます。例えば、むし歯などで下の歯を1本失うと、両隣の歯は歯のない部分へ倒れこみ、上の歯はかみ合う相手がいないので下へと伸びてきます。調和を保っていたその他の歯も、少しずつ位置が変化し歯列もかみ合わせもガタガタになります。

また、かみ合わせが狂うと、歯や口を動かすために無理な動作をすることになります。その無理な運動は、顎の関節や筋肉を痛め、顎関節症、頭痛、肩こり、腰痛などの症状や悪い姿勢へとつながっていくのです。

歯は「食べる」「話す」「飲み込む」「噛みしめる(集中する)」「頭や顔、姿勢を維持する」など、いろいろな働きを担っています。1本の歯の喪失が、私たちの健康に影響し生活の質を悪くするのです。むし歯や歯周病の予防と一緒に、かみ合わせのチェックもお忘れなく!



KOMIYA DENTAL NEWSLETTER

12 2008年
月号



いよいよ今年もひと月となりました。

急に思い立って通院される方もいらっしゃることもあって、診療のペースも乱れがちです。時々「年内に治りますか？」と聞かれることがあります。答えは「治る場合もあれば、治らない場合もあります。」なぜならば、暦は、人間が勝手に決めたものだから。病気も、むし歯菌も歯周病菌もカレンダーを見て活動していません。もう少し早く通院していれば終わっていたかも知れません。切りのいいところまで治療して、仮の状態でも年越しをして、来年の完治を目指しましょう。

完治したら、予防管理の為に定期的なメンテナンスを続けましょう。一本一本の歯を大切にする為に。

毎月保険証の提示に御協力頂きありがとうございます。
このニュースレターは当院のオリジナルで毎月発行しています。

年未年始
休診の
お知らせ

・12月29日(月)から1月7日(水)まで休診させていただきます。

こみや歯科

☎ 03-5699-8888

〒125-0041 葛飾区東金町1-45-2 ハヤシ駅前ビル2F

「インターネット予約確認サービス URL」 <http://www.dent-s.net/komiya/>

ホームページアドレス <http://www.wahaha.gr.jp> E-mail dental@wahaha.gr.jp