

歯は口より、 ものを言い!?

小池デンタル
クリニック発



より良い歯の治療を求めて
『よく咬める咬み合わせ』とは?

当クリニックでは、歯の治療を行うときには必ず1本単位ではなく、口を1つの単位(1口腔単位)として治療計画を立てていきます。

なぜその必要があるのでしょうか?

ごはんを食べるとき、歯が1本ずつ動いて食べていますか?そんなことはありません。顎(あご)全体を動かし食べ物を咬んで飲み込んでいきます。

運動するときに「ぐっ!」と咬みしめる瞬間があります。たとえばボールを打つ、蹴るなどを行う瞬間です。このときも顎全体で咬みしめるわけです。ですからスポーツ選手は口にマウスピースを入れて運動したりするのです。

なお、マウスピースは顎全体で咬むことのできる装置です。寝ているときやストレスのたまっているときなどに歯ぎしりをしたり、強く咬みしめたりすることがあります。このときもやっぱり顎全体ですよ。そして過度な歯ぎしりなどで顎の関節が悪くなった場合にもマウスピースを治療に用います。

これらの例は顎を使うとき、それは歯1本ではなく顎全体で動いており、また、上下の歯がなるべく全体的に均一に接触することがいろいろな面で効果的であることを示しています。

言い換えれば、歯はそれ自体が動くのではなく、顎が何らかの目的で動くときに必要とする部品の1つだということです。当然、部品としての重要性はありますが、最終的にどのような“口”に仕上げるのかによって選択される部品の種類、すなわち歯の処置方針が決まってくるのです。

当クリニックでは、処置方針の決定した歯は、各々必要に応じて仮歯へと置き換えていきます。仮歯と現在残っている歯とを機能面・審美面で調和させた後、最終的なかぶせ物に移行していくといった手法で基本的には治療を行います。

こうすることで治療後、歯1本だけがきれいになるのではなく、場合によっては歯並びをある程度きれいに治すこともでき、咬み合わせもより良い状態に改善できます。

よく咬んで食べることによる効能として…

①脳の血流を促進し、俗に言うボケ防止にも繋がると考えられています。



②きちんと細かく砕くことで味を十分に感じ取れ、美味しく感じるとともに、唾液の分泌を促進します。

③細かくすりつぶされた食べ物のほうが胃腸での栄養の吸収をしやすくします。

④骨粗鬆症など、全身の健康に影響を与えます。

⑤歯や歯ぐき、骨を強くし、関連する病気の予防になる。などその他にもたくさんの効用があるとされています。

以上のように、歯の治療を行うときに1本単位ではなく、口を1つの単位として考えていくことが「よく咬める、咬み合わせ」を得るために必要であること、また、よく咬めるようになれば食事だけでなく、全身への影響も多々あることがご理解いただけたと思います。

当然、患者さまによって「よく咬める、かみ合わせ」も千差万別ですので当クリニックでは歯科用CTを利用した診療説明(カウンセリング)を行っています。総合的な歯科治療にご興味があれば、一度来院していただきカウンセリングを受けてみてください。あなたにとって一番の治療法がきっとみつかると思います。

院長 小池秀行

