



意外と知らない歯の健康知識

DENTAL CARE

## 子どもの歯列矯正

### あごを育てて歯を抜かない矯正を

歯列矯正治療には様々な方法、装置の種類があり、歯科医院によって考え方や使う装置も違います。その中で子どもの成長期の利点を活かした小児矯正治療があるのをご存じですか？西本先生にあごを育てる小児矯正治療の意義について伺いました。

#### 歯列不正はあごの成長の問題

そもそも歯並びはなぜ悪くなるのでしょうか？近年食生活の変化で噛む回数が極端に減っており、あごの骨の成長が不十分な子どもが増えています。歯はあごの骨の上に並びますので歯の並び場所が足りなくて、デコボコになったり前に飛び出したり歯の間が空いたりします。上あごの成長が極端に悪いと受け口になります。

#### あごを育てる小児矯正の長所

呼吸、いびきや睡眠時無呼吸症、猫背などを招く原因にもなります。气道が狭いと猫背になる場合もあるのです。人の健康にとって鼻呼吸と質のよい睡眠はとても重要であり、子どもにとっては健全な成長のためにもとても大切です。例えば口呼吸はアレルギーを悪化させます。睡眠の質は成長ホルモンの分泌に影響し、記憶力や集中力にも影響します。小児期にあごの足りない成長を取り戻すことは歯並びだけでなく子どもの健康にとっても良いことなのです。

#### 矯正の時期や方法

またあごの骨は鼻腔や気道の広さと密接に関係しており、あごの骨が小さいと鼻炎や口

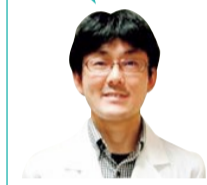


矯正治療で子どもが装着する固定式拡大装置。

正の大きな違いに「成長期」と「成長が終わっている」という点があります。成長が終わると骨が固まってしまうので、成人矯正では歯の並び場所が足りない場合、無理をして歯を並べるか抜歯して歯を減らして並べる「抜歯矯正」になります。一方、子どもは骨がまだ固まっていないので、拡大装置などを使ってあごの骨そのものを大きく育て、足りない成長を取り戻すことで歯の並び場所を獲得します。「非抜歯矯正」が可能になるとともに鼻腔や

拡大装置には取り外し式の拡大装置もありますが、口呼吸やいびきがあり、しっかりあごを育てて歯並びを治す必要がある場合は取り外しできない固定式の拡大

この先生に聞きました!



西本 周平 院長  
九州大学歯学部卒業  
日本口腔インプラント学会会員  
顎咬合学会咬み合わせ認定医

#### アイ歯科医院 ☎06-6854-1181

豊中市東豊中町6-17-1 ユーロハイツ1階  
診療時間/午前診9時半～13時  
午後診14時半～19時  
(土曜～15時半)  
木・日曜、祝日休み



http://www.i-sika.net/

#### かみ合わせ

現代人の顎は確実にズレています。あなたの不調。原因は咬み合わせかも



北村 幹夫 院長  
日本咬合学会 専門医・指導医  
日本咬合学会 副会長

毎日の食事で活躍する顎の骨！実はこの骨、頭の骨に筋肉でぶら下がっている不安定な状態なので、様々な原因で簡単にズレてしまいます。すると体のバランスが崩れ、首や全身の筋肉が支えようとしてしまいます。その結果、首の筋肉の異常緊張を招き、脳への血流障害を起こした

- #### かみ合わせセルフチェック
- ※1つでも当てはまると要注意
  - 左右どちらかの歯だけで噛んでいる
  - 最近顔の歪みが気になる
  - 口を縦に大きく開けられない
  - 口を開けると音がする
  - 歯並びが悪いor飛び出している歯がある
  - 原因不明の頭痛や疲労感がある
  - 鼻の通りがよくない
  - 慢性的な肩こり・腰痛・首の痛みがある

#### きたむら歯科医院 ☎072-688-8148

高槻市弥生が丘町27-23  
診/9時～11時  
14時～17時  
休診日：木曜・日曜・祝日・隔週土曜



かみ合わせ相談  
5/15日、16日、17日  
※電話でも予約可。上記以外も相談は随時受付しております。

#### 睡眠時無呼吸症候群

### 睡眠時無呼吸症候群に歯科的アプローチ



片岡 院長  
大阪大学大学院卒  
大阪大学歯学部招へい教員  
デンマークコペンハーゲン大学歯学部留学

睡眠時無呼吸症候群とは、睡眠中に無呼吸（10秒以上の気流停止）を繰り返すおこす疾患です。呼吸が一時的に停止するため、十分な睡眠がとれず、日中の強い眠気や、倦怠感のため、仕事に身が入らなくなったり、居眠り運転などの事故を招きます。また、酸素の取り込みが悪くなるため、高血圧や脳に

悪影響を及ぼします。治療法はいくつかありますが、「スリープスプリント」というマウスピースを作ることが歯科医院での治療となります。スリープスプリントを夜はめて寝ると顎が数ミリ前方に移動し、舌も前方に移動させられ気道に空気が通るようになります。この結果、眠りが深くなり、いびきも減ります。スリープスプリントは2～3回の来院で出来上がります。当院では刀根山病院と連携し、入院検査なども選

#### スリープスプリントの利点

- 他の治療に比べ負担が少ない
- 継続しやすく、効果が高い
- 治療のハードルが低い
- 旅行や出張への持ち運びが楽

#### カタオカ歯科医院 ☎06-6834-7778

豊中市上新田1-28  
千里中央パークヒルズK棟203号室  
診/9時半～12時半、15時半～20時半  
土曜日午後13時半～16時半  
火曜日午後、日祝休診 P有  
http://www.miyo-dc.com/

スタッフ募集中 ※経験不問

#### 小児歯科 小児歯科専門医

将来健康な口元をつくるためには、虫歯・歯並びは0歳児からの専門医による経過観察が重要



重岡 真理子  
(医)朝倉クリニック歯科  
小児歯科科長  
日本小児歯科学会認定  
小児歯科専門医

小児歯科は、0歳児から永久歯列に生え変わるまでを経年的に管理します。虫歯の有無、歯並び、口の周囲の筋肉の動きなどを観察し経過を見ていきます。歯列不正の原因は、遺伝、歯の異常虫歯、生活習慣で、原因がわかれば矯正治療をしなくても解決できることもあります。特に交換期は、歯の問題が

朝倉歯科医院/本院  
かかりつけ歯科機能  
強化型診療所  
大阪大学歯学部臨床研修施設  
TEL.072-625-2001  
茨木市南春日丘1-1-19  
朝倉デンタルビル 春日丘交番隣

【歯科セカンドオピニオン外来】  
歯並び、歯の悩みのご相談、CT画像診断、顎関節症、MFT(筋機能訓練)、歯のクリーニング、歯周病、入れ歯、インプラント、ホワイトニングはお気軽にお電話下さい。  
◎歯の悩みご相談は春日丘本院で院長が行っております。  
☎0120-468-321  
HP: http://asakura-dental.com



#### 教えます

▶川上ギター教室 (初心者より)  
066380-8673千里丘6イスマヤすぐ

▶ピアノ・ボイストレーニング・フルート・ギター・バイオリン・サクソ・トランペット・ウクレレ体験有 ☎0120-08-1871松本楽器

▶お琴教えます 出張可  
☎06-6852-3395 今井

▶中国語教室 阪急千里山駅前  
グループ4000円～個人8000円  
月4回 P有 ☎06-6337-9286テキ

▶「絵本が好き」から絵本作家へ  
無料体験受付中 絵本教室ペコラ  
06-6170-8474岸辺駅より徒歩2分

▶外国人講師と楽しく学ぶ英会話  
3歳～シニア迄・安心月謝制・P有  
無料体験受付中!! ☎06-6875-6458  
MEA英会話http://www.bestmea.com

▶ピラティス個人レッスンを江坂  
で肩こり姿勢骨盤調整気になる方  
http://www.pilatrinity.com

#### 引き受けます

▶不用品の廃棄処分致します  
☎06-6856-2222 佐藤運送

#### 結婚

▶成婚多数で安心 90日無料体験  
エクスセルマリッジ 072-762-6050

▶阪神間での良縁のご紹介  
マリッジ宝塚 ☎0797-88-3746

このコーナーへのお申込みは「内容・氏名・住所・TEL・FAX」を記入の上、FAXかハガキかEメールでお送り下さい。  
1行15文字2,700円「教えます」のみ1,620円。  
新規の場合は振込確認後の掲載となります。

〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23 シティライフ・伝言板保  
FAX 06-6368-3505  
Eメール dengon@citylife-new.com 掲載お申込みの  
締切:10日  
【問合せ】06-6338-0640