



意外と知らない歯の健康知識①

## 歯科治療のウン？ホント？②

### 健康寿命と歯科治療の関係性

「健康寿命」が話題になっています。健康寿命には生活がとて大切ですが、それも健康な自分の歯があってこそ。今回は健康寿命と歯科の関係について赤木院長にお話を伺いました。



赤木 菅院長  
歯学博士。1984年赤木歯科開設。30年前からインプラント治療を行う。米インプラント学会アソシエイトフェロー、日本口腔インプラント学会認定専門医。歯科医師臨床研修指導医。厚生労働省認可細胞培養加工施設。

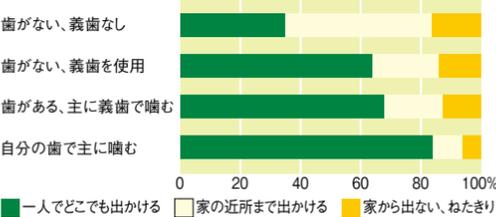
### 自分の歯で食事する大切さ

先日、患者さんの最新のお見送りをする機会がありました。その方は総義歯だったのですが、ご遺影は満面の笑みで本当に素晴らしいお顔でした。しかし、残念だったことは、お亡くなりになった原因が「誤嚥性肺炎」だったことです。わずか一晩の入院で亡くなられました。もし、ご自分の健口な歯であったならば、もしくはインプラントであったならば、大往生されたかもしれません。どんな

### 健康の基礎である「予防」の大切さ

1977年にWHOが明確に予防の重要性を打ち出しました。全世界の人々が健康で平和な生活を送る権利があり、国家は国民に対してそのような生活環境を整備することが義務だと提言しています。当時、既に社会保障先

高齢者の歯の状況と日常生活の様子 ※(出典)新庄文明



新製品のインプラントはインプラントを失う最も大きな理由である細菌感染への配慮は

### 歯科医師も知らない最新インプラント治療の危険性

進国は高齢社会を予測しており、高齢者の質の高い生活(QOL)のためには自分の歯で食事を摂ることが不可欠であるとされまました。それを受け、諸外国では国を挙げて国民の健康のために予防を取り入れていきます。それに比べ日本は遅れています。例えば、歯磨き粉一つとっても、虫歯予防で大切なフッ素の量が、世界で一般的に必要とされている量の半程度しかありません。歯周病の予防に効果的な成分に至っては含有量がほぼないに等しい状況です。これでは本来の虫歯予防、歯周病予防は困難で健口を守ることはできません。

医療法人 貴志会  
赤木 菅院長  
厚生労働省認可  
臨床研修施設  
細胞培養加工施設  
高槻市高槻町 7-25  
072-682-0190  
http://www.akagi-implant.com/



意外と知らない歯の健康知識

## 多くの不調の原因になっている「あごのずれ」現代人のあごは確実にずれています

あごのズレはこれまで考えられていた以上に私達の体と心、美容にまで深く関係しているようです。あごがずれると全身の筋肉がずれ、血液の流れが悪くなることで、いろいろな不調の原因になっています。今回は「かみ合わせ」について北村院長にお話を伺いました。



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

### 生活全般に影響をきたす、かみ合わせ異常

人は、ものを食べた後、おしゃべりしたり、歩いたり、また眠っている時でさえ無意識にあごを使っています。そのため、かみ合わせが悪いと生活全般に影響を及ぼします。あごがずれるとまず、あごの関節がずれ、次に頸椎、胸椎、肩関節などがずれ、さらに腰椎、骨盤、仙骨、仙腸関節がずれ、股関節がゆがみます。このように、あごのずれによって体には次々とずれがもたされ、図のようにからだの色々な部分に不調が生じます。

### 首のこり、腰痛とも深い関係が

- あごがズれる
- 無理な姿勢でバランスととる(こりや痛みなどの原因)
- 神経や血流などが圧迫される(脳や内臓への悪影響)
- 精神面や美容面にも影響を及ぼす(心や見た目目の不調)

あごがずれるとこんな症状が現れる

- 頭痛・集中力がない・疲れやすい・顔色が悪い・左右の目の大きさが違う・あごの痛みや雑音
- 抜け毛が多い
- 頭がぼーっとする
- 首がこる・肩こり
- 背中や腰の痛み
- 手や足の冷え
- 股関節の痛み
- ひざの痛み
- 足のしびれや痛み

※(出展) 脳が若返るかみ合わせ健康法 丸岡剛郎・澤口俊之著

### 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  
高槻市 きたむら歯科医院 で検索

### 顎関節症もあごずれが原因

顎関節症の三大症状は「あごの痛み」「関節の雑音」「口が開きにくい」。主な原因はかみ合わせの異常だと考えられています。あごのずれが筋の過緊張を生み、血管や神経が圧迫され顎関節症になります。顎関節症もかみ合わせ治療で改善が可能です。

かみ合わせ相談  
6/12月・13火・14水  
※電話で予約ください。  
※右記以外の日程も応相談

From CityLife

# CityLifeはココに設置しています!

設置場所の情報はwebからご覧いただけます。

右記QRコードがホームページからチェックすることができます。

CityLife で検索

From CityLife

## 読者モデル募集中

モデル体験で思い出づくり!

シティライフでは、グルメ・スポーツ・美容・レジャーなど、読者モデルとして実際に体験をしていただける方を募集しています。親子でのご応募も歓迎です。ご応募をお待ちしております!

### 応募方法

ご応募はメールか郵送にてお送りください。応募の動機、郵便番号、住所、氏名、年齢、職業、TELを記載いただき、上半身と全身のお写真をお送りください(随時受付)。

※ご応募いただいた方は登録をさせていただきます。ご依頼の際は編集部からご連絡させていただきます。

〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23  
シティライフ読者モデル係  
メール info@citylife-new.com