DENTAL CARE

意外と知らない歯の健康知識

# 現代人のあごは確実にずれています その不調、かみ合わせ治療で改善へ

身体だけでなく、意外にも心や見た目にまで深くつながっているというあごのズレ。あごがずれると、全身の骨格や筋肉に影響が及び、血流がさまたげられるため、多様な不調の原因になります。今回は「かみ合わせ」の重要性について、北村院長にお話を伺いました。

この先生に聞きました!

**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

## 全身バランスを崩しかねない かみ合わせ異常

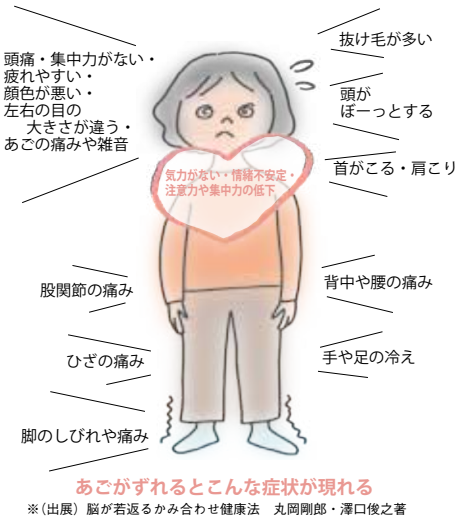
あごは、思っている以上に働いています。毎日の食事やおしゃべりはもちろん、実は、歩いているとき、眠っているときも無意識に使っています。だからこそ、かみ合わせは大切です。あごがずれると、まずあごの関節がずれ、頸椎、胸椎、肩関節…と次々にずれが影響します。そのため身体のバランスが崩れ、図が示すように、身体のさまざまな部分に不調が生じます。かみ合わせが悪いと生活全般に支障をきたす恐れがあるのです。

## あごのずれが こり、痛みの原因に

あごは全身バランスと密接に関わっており、姿勢調整に重要です。あごのずれが頸椎に及ぶと、首がこり、血管が圧迫されて脳への血流障害を起こしかねません。頭皮や顔への栄養と酸素の供給も阻害されます。最近では、あごのずれを治すと瞬時に脳の血流が増え、さまざまな不定愁訴の解消に大きく寄与することがわかっています。また、あごのずれは腰椎、骨盤、仙骨などにも影響し、腰に負担をかけるので腰痛の一般的な原因とされますが、ずれを治せば腰椎のずれも解消して改善します。たかがあごのずれと侮るのは危険です。

## かみ合わせ治療で 顎関節症も改善へ

「あごの痛み」「関節の雑音」「口が開きにくい」といった症状が出る顎関節症の主な原因もかみ合わせの異常と考えています。あごのずれで筋の過緊張が生じ、血管や神経が圧迫されて起こるのです。顎関節症もかみ合わせ治療で改善が可能です。




あごがずれるとこんな症状が現れる

※(出展) 脳が若返るかみ合わせ健康法　丸岡剛郎・澤口俊之著

**あごがズレる**
▼
**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**
(心や見た目の不調)

### 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
- □ 最近物忘れが酷くなった
- □ 顔色が悪いと言われる

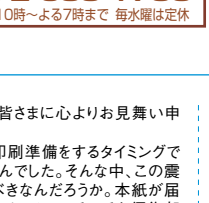
参加無料

### かみ合わせ セミナー開催

日時：6/30(土)
10時～12時
場所：高槻商工会議所
高槻市大手町3-46
定員：20名
申込：電話にて

セルフチェックの方法などお話します。
終了後個別相談も可。

**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
週休3日:[木曜・日曜・他1日]




高槻市　きたむら歯科医院　で検索

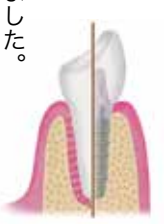
Implant

# インプラント最前線

インプラント治療のツボ①

34年前からインプラント治療を行ってきた赤木院長。患者さんにとってベストな治療をするため早くから海外の治療方法にも見聞を深めておられます。今回は最新のインプラント治療についてお話をお伺いしました。

なんらかの理由で歯を失ってしまった時、インプラント治療は天然歯に近い見た目や機能を持たせられる、とても有効な治療法です。日本でインプラント治療が行われるようになって40年近くになります。インプラントと言っても本体にはさまざまなメーカーと種類があり、その選択は歯科医院で異なります。インプラント治療は術後の良い状態を保つため、他の歯と同様にメンテナンスを行い、長く付き合っていくものです。言わば体の一部としてこれからを過ごす大切なもの。それだけに歴史があり信頼できる欧米のメーカーで、長期に渡って安定した予後が確立しているインプラントを選ぶことが大切です。その他にも滅菌設備やマイクロスコープなど「安全」を高めていく医院のシステム設備も重要です。インプラント治療はとても優れた治療です。治療された方は大きく人生が変わられた方も多いです。その一例をご紹介します。



### case 01

age 75歳

男性 Sさん



今まで何度も入れ歯を作られたそうですが、どの入れ歯も合わず痛くて食事がまともにできない状態でした。印象的だった言葉が「わしゃもう死ぬねん」。会社の先輩で定年後、数年で亡くなった方が多かったようで、どうせ死ぬならまともな食事をしたいと来院されました。お口全体の状態が悪く、治療には時間がかかりましたが、すでに8年が経過し、今では家族と同じ食事ができ、「まだまだ長く生きられそう」と人生を楽しんでおられます。

### case 02

age 70代

女性 Fさん

この方は、薬の副作用で一生普通の食事をすることが困難なケースです。お口の中が真っ赤にただれた状態で来院され、残っている歯は上も下も僅かで、その歯も今にも抜けそうな状態でした。お口の中の粘膜や舌が火傷をしたように赤くただれて腫れ上がり、何もしなくても出血するような状態でした。血液サラサラの薬や血圧の薬などを長期に渡って服用すると稀にこのような副作用が起こることもあります。このようになった場合、治療は困難です。入れ歯を入れておられましたが、痛みで入れることができなくなりました。入れ歯をされる時にインプラント治療を選択されておられたら、今でも普通に食事をすることが可能だったでしょう。




高槻市高槻町 7-25

**赤木歯科 赤木 誉院長**
歯学博士。1984年赤木歯科開設。34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。再生医療認可施設。

**医療法人 貴志会 赤木歯科** 再生医療認可施設
http://www.akagi-implant.com/
☎072-682-0190

コロッケ・トンカツ
洋食のいろは
榎本鮮魚店
たこ焼き・回転焼・お好み焼き
おたふく
新鮮野菜
木屋青果店
お茶の
北岡園
宝石
ジュエリーアンリ
塩干・乾物
八百伊食品
総菜・弁当
ライブキッチン
新鮮野菜
鍛冶青果店
くだもの
ひらい果実店
かしわ
つるや
衣料専科
いきいきハウス
肉
つづみ屋
タカツキ
ICHIBA
高槻市高槻町18-1
安さ・新鮮・便利 センター街中央
☎072-685-1755
営／あさ10時～よる7時まで 毎水曜は定休

Food Net Mart
毎日 フードネットマート 安い!
高槻店　高槻市大蔵司3-14-4　☎072-698-4130
茨木店　茨木市元町8-1　☎072-665-4567
千里店　豊中市新千里南町2-6-12　☎06-6872-8739
蛍池店　豊中市螢池中町2-4-17　☎06-6843-0589
桜の町店　豊中市桜の町3-5-8　☎06-6151-2224
山下店　川西市見野2-24-11　☎072-795-1552
石橋店　池田市豊島北2-4-6　☎072-761-7777

## 編集後記

大阪北部地震で被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げます。

地震が起こった日は本紙の印刷準備をするタイミングでしたが、ほとんど仕事になりませんでした。そんな中、この震災時にどんな情報を発信するべきなんだろうか。本紙が届くときにはどんな状況になっているのか。いろいろと編集部で意見がでました。ただ我々にできることは、やはり地域の情報を通して地域を活性化することです。今回の震災を通じて改めて地域媒体の役割を考えさせられました。
（編集部　尾浴芳久）

18日の地震発生時、自宅を出る間際でした。私が住んでいる市は震度6弱で、阪神淡路大震災よりも大きな揺れを体感。落ち着いてからまず行ったのは、ライフラインの作動確認と食料等の残量確認。いざという時、何から行動したらいいかとっさに判断できないものですね。改めて常に防災意識を持ち、行動することが大切だと実感しました。(きの)

今回の地震で改めて、防災の意識を高めなくてはと思いました。家の中の不要なものを捨てたり、万一に備えてカセットコンロや懐中電灯、非常食、飲料水をストックしておこうと思います。電気やガス、水道が止まっている地域の皆さんの暮らしが、1日も早く元通りになりますように…。(まっつー)

地域サークル

サークル・クラブ・ボランティアなど、北摂で仲間と共に活動しているみなさんをご紹介します。

## 認定NPO法人プール・ボランティア (高槻市ほか)

スタート／1999年　活動／高槻:日曜10時～11時半ほか　場所／市民プール　費用／利用者:入会金30,000円、月会費19,000円　ボランティア:入会金3,000円、月会費500円(交通費1回500円支給)　問／06-4794-8299　http://www.pool-npo.or.jp/

障がい者も健常者と同じようにプールに行ける社会の実現を目指し、高槻市や大阪市などで障がいのある子どもにボランティアで水泳を教えている。「子ども達が嬉しそうに泳ぐ姿が励みになる」というボランティアが、年齢や障がいの程度などに合わせてマンツーマンで指導している。「最初は水に顔もつけられなかったのが、根気強い指導のおかげで今は何キロも泳げるようになりました」と、保護者からの信頼も絶大。現在、利用者が入会待ちの状況で、ボランティアを大募集中だ。指導法も丁寧に教えてもらえるので、「泳ぐ社会貢献」始めてみては。

利用者にはカラフルでかっこいい水着やゴーグルを用意し、技術だけでなく、マナーやルールも教えている。また、プール管理者等への啓発や水泳用品企画開発なども行っている。11月25日の大阪マラソンのチャリティーランナーも募集中だ。