

秋風が気持ちのよい季節となりました。赤とんぼが群れ飛び、紅葉も色づき、秋の気配が少しずつこかしこに感じられます。さて、花だより 10~12月号では咬み合わせと全身の関わりについてお話します。頭痛や肩こりにお悩みの方、子育て中の方はぜひ一度お読みくださいませ。

正しい歯並び、咬み合わせって？

正しい歯並び、咬み合わせとは、咬み合わせたときに、全ての歯が同時に接触する状態です。どこか1本（あるいは数本）の歯が邪魔をして全体の歯が接触していない場合、たとえ見た目の歯並びがきれいだったとしても、咬み合わせが正しいとは言えません。

食事をするとき、一番噛みやすいところで食べ物を食べようとします。邪魔をする



歯があったり、痛いところがあったら、そこを避けて食べ物を噛みます。痛みがあったり噛みにくくないところで噛むということは、つまり顎を本来の位置からずらしているということです。顎の関節の位置が変わると筋肉が緊張した状態が続き、徐々に問題が出てくるようになってしまいます。一番噛みやすい位置が、顎関節の本来の位置とイコールであるという状態が、良い咬み合わせと言えるでしょう。

歯並びが悪くなる原因

歯並びが悪くなる原因には、遺伝や虫歯、歯周病、生活習慣における悪習癖があげられます。

○遺伝によるもの

歯や顎の形、大きさは遺伝します。両親、祖父母の歯並びが良くない場合は、子どもにも遺伝する可能性が高くなります。

○虫歯や、歯周病による歯の欠損

歯は隙間があると動こうとする性質があります。虫歯や歯周病で歯を抜いた後、そのままにしておくともう側にある歯が移動してきたり、斜めに倒れてきたりします。本来あるべき位置からずれてしまうため、歯並びが悪くなるのです。

○生活習慣によるもの

食生活が欧米化してきたためハンバーグなどやわらかい食事が増え噛む回数が減ってきました。すると、顎の発達が悪くなり歯が並びスペースがなくなってしまいます。さらに、幼児期の指しゃぶり、舌を出す寝ぐせ、頬づえなどの生活習慣が、歯並びを悪くする原因となります。



○病気等によるもの

アレルギー性鼻炎や蓄膿症などで呼吸器に疾患があると、鼻で息をすることができず、口呼吸になってしまいます。これらが不正咬合の原因のひとつともなっています。

咬み合わせが原因で出てくる症状

○顎関節症

顎の痛みや、口が開けにくいといったものが、顎関節症の症状です。

○不定愁訴と呼ばれる症状

頭痛、肩こり、首のこり、腰痛などの症状が出る場合があります。

咬み合わせが悪いと、脳に悪い刺激が伝わって、脳は「咬み合わせをずらすように！」と顎の筋肉に指示をします。すると顎の筋肉が疲れそれに伴い首や肩の筋肉も疲れてしまい、全身のバランスが崩れてしまうのです。

上記に上げた症状すべてが、咬み合わせが原因で起こると言うわけではありません。しかし、あらゆる治療法を試しても改善されない場合は咬み合わせが原因という可能性も考えてみると良いでしょう。皆さんも一度、ご自分の咬み合わせを確認し、生活習慣などを見直してみましよう。

プラチナホワイトニングのご紹介

9月よりホワイトニングメニューが新しくなりました。料金や仕上がりなど、より満足していただけるものになりました。今までホワイトニングを受けられていない方もぜひこの機会に一度お試しください。詳しい内容は当院スタッフまでお尋ねくださいませ。



1回3クール照射 **60分 ￥25,000**
照射1クール追加ごとに**￥3,800** (+10分)

毎月4と6のつく日は
プラチナホワイトニングDAY
料金が**￥22,500**とお得です！

※ホワイトニングを希望される方にはご要望に沿えるよう事前にカウンセリングさせていただきます。スタッフまでお気軽にご相談くださいませ。

花ことば

きんもくせい

謙虚、初恋、気高い人

控えめな小さい花ですが甘い香りが強い印象を残しまさしく初恋のようですね。

