

# そよかぜだより

2010  
9月号



そよかぜ歯科医院のURL  
<http://soyokaze-dc.com>

## 顎関節症の治療法

顎関節症の治療法にはおのこの治療法があります。

- 1、**認知行動治療法**  
フレキシブルな癖など顎関節症の原因となる悪習慣やその背景を本人に自覚させ、それらを取り除くようにさせる。

- 2、**物理治療法**

痛みの軽減のために患部を温めたり冷やしたりする

- 3、**運動治療法**

開口や顎を動かす訓練をして口がよへ開くようにする。

- 4、**スプリント治療法**

スプリントという歯列を覆う装置を装着する事で顎関節や筋肉への負担を軽くして歯ぐきも食いこぼしの書を緩和する。

- 5、**薬物治療法**

痛みが強い場合に薬で炎症を鎮めたり、筋肉が痛んで固まっている場合に筋弛緩剤を用いたりする。また夜間の歯ぐきも食いこぼしを抑えるために入眠剤、痛みの軽減のために抗不安薬、抗うつ薬を使用する場合もある。

- 6、**外科療法**

その他の治療で症状が改善されない場合には外科療法が行われる場合もある。関節内に強い炎症がある場合に針をさして関節内部の物質を洗い流す「関節腔内洗浄療法」、関節内で関節円板と骨の癒着がある場合にそれをはがす「関節鏡手術」などがある。

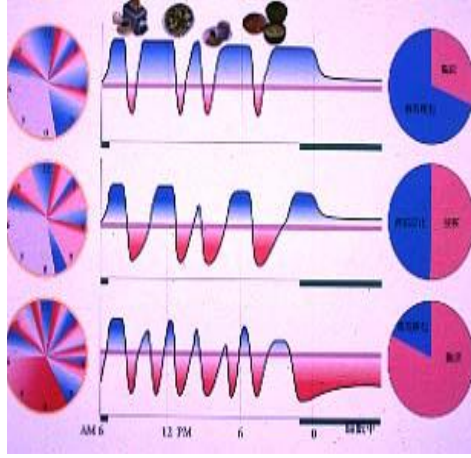
原因を解消する治療と痛みなどの症状を緩和する治療を症状に応じて組み合わせで行われます。

## むし歯菌になりやすい人とならない人の一日

歯は一日一回回食します。

左のグラフは間食の回数とお口の中のだ液のpHとの関係を表すものです。一番上のグラフは間食が少ない人のものです。青い部分pHが高いアルカリ性部分が多くなっています。これは歯を溶かす時間が少ないのでむし歯になりにくいことを示します。

それに対して一番下のグラフでは赤い部分が多くなっています。これはpHが低い酸性菌を溶かす時間が長いことを示します。歯磨き後の磨き残しがあると酸を産生し、むし歯の原因になります。

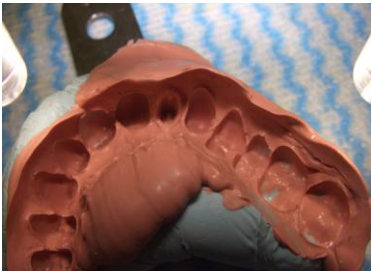


## 大事なこと

- ① 間食を少なくすること
- ② だ液の分泌量を増やす
- ③ 砂糖の量と方法を考える

## シリコン印象材

ゴム質印象材の一種です。シリコンゴムは生体に無害で型を採った状態を長時間保つ事ができます。そのために、変形が多く見込まれた部分の象り使用されることが多くなります。



## 院長から

今回顎関節症の治療法についてお話してみました。顎関節症は様々な原因があります。その中でも咬む力が取れなくなることがあります。代表的なものとして頬杖や常に同じ方向で寝ることも咬む力が弱くなります。それによって顎だけだけでなく、肩、腰、膝などにも痛みを訴える場合があります。この場合「リハビリテーション」が必要となります。

また、お歯磨き療法や歯列矯正療法、スプリント治療法など、同時に体全体の体のバランスを整えていくことも大切です。

症例としては、噛みあわせを良くして顎関節の状態が良くなったことや頭痛がなくなったり、体の口がなまなくなったことがあります。この第一段階の治療法として挙げられるのがスプリント治療法です。これは咬む力や噛む方法を改善するための装置を装着する方法です。多くのケースは、お歯磨き治療の改善と、咬む力の後のセラピーが必要となります。

次回はこのセラピーの方法についてお話します。

## 今月のスタッフ紹介 アシスタント 中村友紀

こんにちは！  
6月からお世話になっている  
中村友紀です。  
まだまだ未熟者ですが、  
歯医者さんのイメージ明るくできるように  
笑顔で頑張ります。よろしくお願いします。

