

## 特集

## ブラキシズム (歯ぎしり)

歯が欠ける、折れる、前歯がすり減る、治療した所が繰り返し壊れる、という方は、過剰な力(ブラキシズム)の影響があるかもしれません…

## ブラキシズムとは??

キリキリと音を立てる「歯ぎしり」や、音を立てずに強く歯を噛みしめる「噛みしめ」といった歯への過剰な力の総称をブラキシズムと言います。また、ブラキシズムには次の2種類があります。

- 睡眠時ブラキシズム……睡眠中に無意識で行う歯ぎしりや噛みしめ。睡眠中に起こるだけに、自分の努力で完全に止めることができません。
- 覚醒時ブラキシズム……起きている時に行う噛みしめ。  
努力すれば、自分でその癖に気づき、止めることができます。

## 歯ぎしりによっておこる症状

- |            |                  |
|------------|------------------|
| ① 歯の摩耗・損傷  | ④ 肩こり・めまい・耳鳴り    |
| ② 歯の修復物の破損 | ⑤ 不眠(浅い眠り)・疲れやすさ |
| ③ 顎関節症     |                  |



## チェック!

 家族に歯ぎしりを指摘されたことがある

 歯が欠けやすい/折れやすい

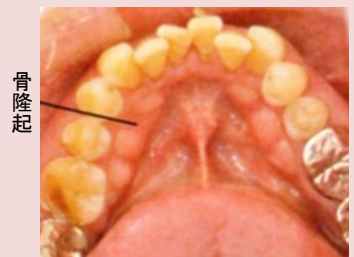
 朝起きると顎が疲れている

 治療したものがよく壊れる

 就寝前より朝の方が知覚過敏が強い

 歯がすり減り、光沢がある

 舌や頬に圧痕がある

 骨隆起がある


## 治療方法

### <スプリント療法>

マウスピースを使用し、歯ぎしりを予防します。

当院で作製可能です。(保険適用)

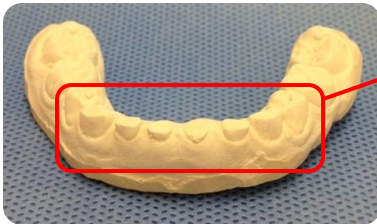


## 子どもの歯ぎしり

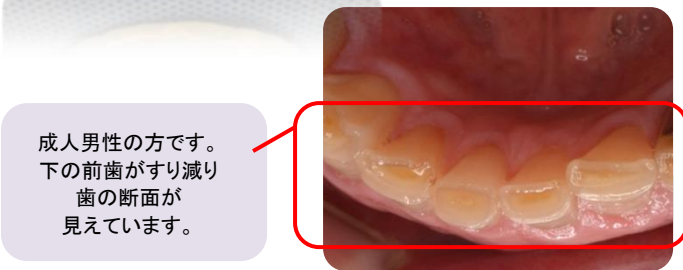
乳歯が生え始める 6 ヶ月くらいから、歯ぎしりが始まるといわれ、これは生えたての歯で顎の位置を決めたり、これから生えてくる歯のスペースを確保するためと考えられています。

乳歯から永久歯に生え変わる小学生になると、乳歯が抜けることでバランスや噛み合わせが悪くなり、歯ぎしりの原因になることもあります。成長と共に自然に改善するケースがほとんどです。

ただし、歯のすり減りが気になったり、歯や顎に痛みを訴えたりすることがあれば受診をおすすめします。



お子様の歯の  
模型です。  
下の前歯が削れて  
短くなっています。



成人男性の方です。  
下の前歯がすり減り  
歯の断面が  
見えています。

### お知らせ

8/11(月)～15(金)まで夏季休診日とさせていただきます。17(月)より通常診療となりますのでよろしくお願い致します。

また、夏季休診日の期間中、院長の絵画展を渋谷区道玄坂で開催しております。お近くにお越しの際はぜひお立ち寄りくださいませ。

(会場:アートギャラリー道玄坂 / 8/11～17 開催)

## 理事長コラム(九)

### 大腸癌の

### ブルーリボンキャラバンで

### 講演します！

前号では「週刊女性」の「人間ドキュメント」欄に私の半生が紹介されることを書きました。何といても六頁の長さで、良くまとまつて書かれていましたので、予め連絡しておいた親しい方々から大きな反響がありました。さらに六月初旬にオストミー協会の熊本総会に参加したところ、親睦会の席で多くの初対面の参加者の方々から「記事を読んで感動した」とわざわざ挨拶され、その場では一躍「時の人」となりました。さすがに十五万部の発行部数を誇る全国紙の力は凄いなと思つた次第です。

そして次は、この延長になります。NPO法人のキャンサー

ネットジャパンという団体では、発生頻度の高い大腸癌に特化して全国の中核都市を回つて、講演会を開催しており、この七月二十四日(木)には私の地元である愛知県の名古屋市で開催されます。そして、三名の大腸癌治療医の講演の前の特別講演として「口腔癌治療医が進行大腸癌に罹つて」と題して二十分ほど講演する機会をいただきました。故郷に錦を飾れるように鋭意準備をしているところです。

