



「イート通信」の「イート」は「eat」、英語で「食べる」を意味します。「お口からおしく食べられるように」との思いから、このような名前をつけました。



イートな話

自分のかみ合わせの状態ってわかりますか？私が初診時にお話するので、だいたいの様子は知っていると思いますが、自分自身で自覚することはないですよ。現在のかみ合わせで毎日生活していますので、大きな変化がないかぎり、また、とても噛みにくい等の症状がないかぎり、自分のかみ合わせを意識することはないと思います。しかし、かみ合わせって重要なんです。

たとえば、かみ合わせが悪いと上手に食べ物を噛めません。特に、開咬というかみ合わせの場合、しっかり噛めないまま食べ物を飲み込むため、胃炎になりやすいことが明らかにされています。また、かみ合わせが悪いと、不正なかみ合わせを補うように口が動くため、口の動きまで問題が生じ、顎関節症になる可能性も指摘されています。さらに、かみ合わせが悪いと、食べる時に口が適切に動かず、口の中をきれいに洗い流す唾液が口の中を循環しないため、口の中が汚いままとなり、むし歯になりやすくなることも報告されています。

このように、普段、意識することのないかみ合わせですが、知らず知らずのうちに、いろいろな影響を及ぼしています。もちろん、かみ合わせがよいだけで、上記の問題が解決するわけではありません。きれいなかみ合わせに調和した口の動きも大切です。矯正治療でかみ合わせを整えながら、そのかみ合わせに調和した口の動きを身に付けられるよう、がんばりましょう。

藤木辰哉



Q: 「小さなむし歯があるけど様子を見よう」と先生に言われましたが、治療しなくてよいのですか？

A: **まず、口の中の状態を整えることが大切です。**

なぜ、むし歯ができたのかを考えてみてください。その原因を考えることなく治療しても、またむし歯ができてしまいますからね。特に、初期のむし歯は、しっかり歯磨きする等の対応によって、進行は止まりますので、あわてて治療するより、進行を止めることの方が大切です。もちろん痛みがあったり急速に進行していきそうなむし歯は、治してもらうように指示します。



まもなくお正月。おもちを食べる場合は矯正装置にくっつきやすいので注意して食べましょう。ほおばって食べると装置にくっつきやすいので、一口サイズに切って口の中へ入れるのがポイントです。よいお年をお迎えください。



ご意見やご感想等をお寄せください。

当院のスタッフへ直接、またはE-mail(fujiki-orthod@s6.dion.ne.jp)でお願いします。