

TOPIX

翔己会グループ歯科医院からのお知らせ

■ かい歯科

かい歯科では、12月のクリスマスキャンペーンに向けて、準備を進めています☆何がもらえるかは、来院してからのお楽しみ!!ぜひ皆さんGetしてくださいね♪

兵庫県尼崎市武庫之荘1丁目5-7 武庫之荘フォーティナインビル TEL:06-6434-3300



■ 南茨木プラザ歯科

歯科助手の松本が新しいブログを始めました!その名も「スタッフ矯正日記」♡これから矯正治療をお考えのみなさんに、日々の矯正の進行を少しでも分かりやすくお伝えしたい!と頑張っており更新しています!当院のホームページからご覧頂けますので、是非一度クリックしてみてください。

大阪府茨木市東奈良3丁目14-10 西川ビル2F TEL:072-657-0077



<http://www.plaza-dental.net/orthblog/>

■ かい矯正歯科インプラントセンター

ご紹介カードをリニューアルしました☆みなさんの周りで矯正、インプラント、かみ合わせ等、歯でお困りの方はいらっしゃいませんか?ご紹介カードを初診無料相談の時にご提示していただければ、ご紹介者様にも心ばかりのプレゼントをご用意しています!ぜひご利用くださいね♪

兵庫県尼崎市武庫之荘2丁目1-1 ATSTビル2F TEL:0120-814-885



編集後記

ハロウィンが終わり、街がだんだんクリスマスの雰囲気になってきました。年末にかけて、忙しくも楽しいシーズンですね。みなさん、今年のクリスマスはどんなご予定ですか?

今回は「かみ合わせ」についての特集でした。かみ合わせが良くなると、身体のバランスが整ったり、身体の不調が改善されたり、いろいろな効果が期待できると言われています。セルフチェックで点数が高かった方は、ぜひ検診を受けてみてくださいね。今年もあと2ヶ月、お元気で過ごして下さい。来年も楽しい年となりますように...

かい歯科 歯科衛生士 片山



【発行所】翔己会事務局 兵庫県尼崎市武庫之荘1丁目5-7 武庫之荘フォーティナインビル502 電話:06-6434-3326

SYOUKIKAI NEWS

翔己会新聞

vol.12

NOVEMBER

2014.11.01

隔月で発行

翔己会と歯に関する情報が満載!

脳と身体の健康は「かみ合わせ」から!

ハロウィン・コスプレさん大集合!

編集後記

翔己会からのお知らせ

Merry Christmas

翔己会は、
10年後を見据えて
最適な歯科医療を
提供いたします。



脳と身体の健康は「かみあわせ」から！

今回の翔己会新聞は「かみ合わせ」の特集です。

みなさんは、しっかりと噛んでおいしく食べられていますか？
食べものをしっかり噛むことで、**認知症のリスクや転倒するリスクが驚くほど低下**と言われています。

健康に過ごす為に、かみ合わせはとっても大切です。

ぜひ一度「かみ合わせセルフチェックシート」で、ご自分のかみ合わせをチェックしてみましょう。



かみ合わせセルフチェックシート	ほとんどない	少しある	ある
① かみ合わせの位置が悪くて、しっかり噛めない	0点	3点	5点
② 口が思うように開けなかったり、あごがスムーズに動かないことがある	0点	3点	5点
③ 入れ歯やかぶせ物の高さが合っていないくて、噛みにくい	0点	3点	5点
④ 自分の歯並びが気になる	0点	3点	5点
⑤ 歯ぎしりや歯を強くかみしめるクセがある	0点	3点	5点
⑥ 左右どちらか一方で噛むクセがある	0点	3点	5点
あなたの合計点	点		

0～5点

今のところ、かみ合わせに特に問題ないようです。ただし、健康なかみ合わせを保つために定期的な検査をお勧めします。

6～8点

かみ合わせに問題がある可能性があります。
歯科医院で一度チェックしてもらいましょう。

9点以上

かみ合わせに大きな問題が考えられます。出来るだけ早く、かみ合わせをチェックしてもらって下さい。

※このチェック表で全てのかみ合わせ異常が発見できるわけではありません。
合計が5点以下でも治療が必要な場合もあります。

かみ合わせが悪いとどうなるの？

みなさん、セルフチェックの結果はいかがでしたか？合計点数が高かった方は要注意！

歯やあごは、靱帯や筋肉、骨を介して、全身のあらゆる器官と繋がっています。その歯やあごが正しいバランスで機能しないと、**食事がしづらい 会話がしづらい 口が開けにくい**といったお口に関連する症状だけではなく、**顔の歪み 首・肩こり 偏頭痛 めまい 姿勢の悪さ**など、一見、歯とは関係が無いと思われがちな部分にまで症状が現れる場合もあります。
脳もかみ合わせの影響を大きく受けていて、しっかり噛むことで脳の血流が増加し、**認知機能が活性化**と言われています。歯が20本以上残っている場合とほとんどない場合とでは、認知症のリスクが約1.9倍も高まるという研究結果も出ています。



かみ合わせの状態を確認しよう

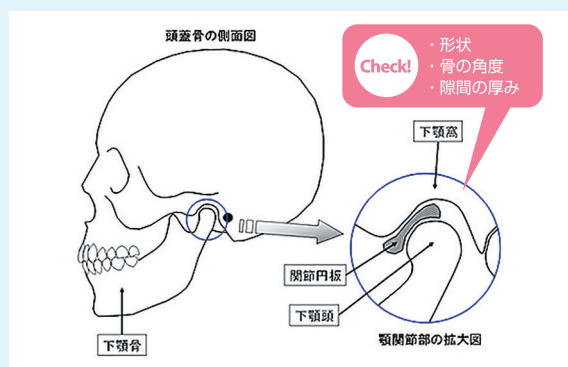
このように、歯のかみ合わせは、身体の機能に大きな影響を及ぼす可能性があります。では自分のかみ合わせがどのような状態なのか確認するにはどのような方法があるのでしょうか？「セルフチェック」だけでは、形状の問題点など細かい部分は分かりません。気になる方は、一度「かみ合わせ検診」を受診してみてくださいね。

かみ合わせ検診

正しくかみ合わせが行われているかを診断するためには、あごの骨の形状が正常かどうか、またその骨がしっかり機能しているかどうか測る必要があります。当院では、最新のCT、また顎機能検査機器である「アルクスディグマ®」を用いてデータ収集を行い、撮影した画像を見ながら現状の問題点を分かりやすくご説明しています。

顎関節CT検査

あごやあごを支える周りの骨の「形状」を確認する検査です。顎頭と言われる下顎の先端部分や顎頭を受ける下顎窩の形や角度が正常かどうか、またその間の隙間の厚みが十分あるかどうか、CTで測定します。



顎機能検査

アルクスディグマ®は、あごの機能を確認する最新機器です。かみ合わせに問題があると、顎を開け閉めした時の動きに違和感が出るため、動きを3Dで録画し、コンピューターを使って、その運動経路を正確に解析します。



かみ合わせ治療では、どんな事をするの？

かみ合わせ検診の結果から現状の問題を診断して、正常なかみ合わせに戻す為に最適な治療を行っています。



咬合調整用
マウスピース作成

口の周りの
筋肉に対する治療

顎関節治療

欠損した歯の再生
(インプラント治療)

おし歯・
歯周病治療

入れ歯治療

かみ合わせが改善するとどんなメリットが期待できるの？

① 不定愁訴を改善すること

何らかの原因であごの骨の位置がずれてしまった場合、肩こりや偏頭痛、めまいなどのいわゆる不定愁訴が起こる可能性があります。一般的に不定愁訴は治らないと思われていますが、あごの骨の位置を正しい位置に動かすことで、体調の改善が期待できます。

② 身体のバランスが整い、運動能力が高まること

筋力を高めること、バランスを良くすることは、運動能力の向上に非常に重要です。下あごが正しい位置になると、重心バランスが改善されて、本来持っている筋力を発揮しやすい状態になります。かみ合わせが良いと転倒の危険性も大幅に低下します。

③ 健康に生活を楽しむこと

下あごの位置が悪く、重心バランスが崩れていると、立っている時、歩いている時、静止している時でさえもバランスを保とうとして、エネルギーをムダ使いしてしまいます。バランスが改善することによって、身体の緊張がやわらぎ、筋肉がゆるんで、身体にかかっている負荷が軽減されます。咀嚼も改善されるので、食生活も充実し、健康的に豊かな生活を楽しむことができます。 ※かみ合わせで全ての症状が改善できるわけではありません。



私が担当しました。

噛み合わせの話はいかがでしたか？しっかりと噛めない食事しにくいだけでなく、様々な問題を引き起こします。噛み合わせを直して、健康に過ごしましょう。

南茨木プラザ歯科ドクター 松本

もうすっかり日本でも季節のイベントとして定着してきたハロウィン！
皆さんは、どのように楽しみましたか？
翔己会各院でも、ハロウィンイベントでお菓子をお配りしていました。
かわいいコスプレさん、大集合！みんな、とっても似合ってるね♪



12月も各院ごとにクリスマスイベントの準備を進めています！お楽しみに～♪
これからも季節のイベントを楽しみながら、元気な歯をたもちましょう！