

知らないと怖い？

噛み合わせと健康の話

香町デンタルクリニック

院長

吉田 敦志



皆さんは矯正治療というと、何を思い浮かべますか？

「そりゃ、歯並びをキレイにすることでしょう」

ええ、もちろん、それも矯正治療の大切な目的です。

私も歯科医になって、3年ぐらいは、歯並びを治し、上の歯と下の歯とがかみ合うことが矯正治療だと考えていました。

しかし、実際に治療をしてゆくに従い、何か違和感を覚えました。

というのは、矯正治療を行い歯並びがきれいになっているのに、**体調の悪い人が非常に多いのです。**

はじめに



そもそも歯の治療は、矯正治療を含めて体の調子を整えるために行っているはずですが、ですから、治療を受けて体調を崩すのではいったい何のために治療を受けているのかわからなくなってしまいます。

そこで、私は大学卒業当初から気になっていた“**噛み合わせ**”というものを重点的に調べるようになりました。

この小冊子では、噛み合わせと体の関係、そして当院で行っている治療方法について、何の予備知識もない方も分かるように書いています。

この小冊子を読めば、きっとあなたも噛み合わせの奥深さを知ることができるでしょう。そして、「矯正治療」というものを考え直すきっかけとなってくれば幸いです。

それでは、どうぞ最後までお付き合いください。

第一章

本当は恐ろしい？ 噛み合わせと体の関係



知っていますか？

顎のずれはほんのわずかなものでも、全身に非常に多種類の**不定愁訴(ふていしゅうそ:体のどこが悪いのかはっきりしない訴え)**と呼ばれるものをうみだすことがあります。

私はたくさんの患者さんを治療してきた経験から、多くの症状を目の当たりにしてきました。

多いものから例を挙げると、**首の痛み、肩の凝り、背中痛み、頭痛、耳鳴り、目の奥の痛み、腰痛、ぎっくり腰、自律神経失調症、動悸、めまい、生理痛、手の痺れ、舌の違和感、味覚異常、背中のアトピー、頭のアトピー、爪の異常、足首のつり、首が曲がらない、疲労感、長時間歩けない、鬱症状、おなかの膨満感、夜中の急な腰痛……**、など、数えればきりがありません。

ちなみに、私自身も噛み合わせのずれから、全身に不定愁訴を抱えておりました。

首の痛み、肩の凝り、首がまわらない、腰痛、目の奥の痛み、背中のアトピー、足首の痛み、爪の異常、舌の違和感、疲労感、鬱症状、長時間歩けない、おなかの膨満感など数えてみれば、13個もありました。

しかし、矯正治療を自ら行い、噛み合わせを正常な位置に戻した結果、今はほとんどなくなりました。

こういった経験から、**矯正治療は決して安易な気持ちでは受けてはいけません**と、つくづく思っています。

幸い私の医院にいらっしゃる患者さんは、噛み合わせが原因でおかしくなったと気づいてい

る人がほとんどです。しかし、実際にはそれに気づかず、原因不明の症状で**苦しんでいる方**は多いのではないのでしょうか。

特に、**早く終わる矯正治療**や、**マウスピース矯正**、**裏側矯正**などの矯正治療の経験がある方は要注意です。なぜなら、これらの治療方法では、噛み合わせのずれを治すことは不可能に近いからです。

私の経験では歯並びが悪い人で噛み合わせが合っている人はほとんどいませんから、もし噛み合わせのことを考えないで矯正の先生が治療を行った場合、**間違いなく噛み合わせはずれてしまいます。**

この**噛み合わせのずれ**が大きければ、かなり高い確率で**顎関節症**が発症します。実際、私の医院で矯正治療をやり直した方の多くは、矯正治療後に**顎関節症**を発症しています。

また、多少ずれていてもその人の筋肉や体の構造に耐久性があると、目立った症状は現れませんが、実際は目立った症状として出ていないだけで顎関節症症状が潜伏していることが多いのです。

私の患者さんでも、はじめは噛み合わせがずれていても何も感じなかったのに、虫歯の治療をしながら噛み合わせのずれを指摘しているうちに、自分にはひどいかみ締めがあったり、体の異常があったことに気づく人も多くいらっしゃいます。

何を隠そう、私はその一人だったのですから間違いありません。

このような経験から、矯正治療は治療である以上、**仕上がりの美しさはもちろん、噛み合**

わせを優先して治すべきだという結論に至ったのです。

ちなみに当院では、**マウスピース矯正**や、**裏側矯正**などの矯正装置は使っていません。また奥歯にセラミックやレジン(樹脂)をほとんど使わないのも、噛み合わせ優先、ひいては患者さんの健康優先の治療方針からきているのです。



第二章

知っておきたい！噛み合わせの歴史



「噛み合わせの歴史なんて知っていても役に立たない」

なんて思っている方はいませんか？とんでもない！自分の体のことなので、正しい知識を持つことは重要です。

正しい治療を受けるためには、患者さん自身が正しい知識を持ち、医師に任せっきりにならないこと。そんな思いから、ここでは矯正治療の噛み合わせの考え方を、みなさんにお伝えしようと思います。

噛み合わせの考え方～2つの流れ

大きく分けて、世の中の噛み合わせ研究には**2つの流れ**があります。

ひとつは**アメリカ発のナソロジー咬合**という考え方。そしてふたつめは、ヨーロッパ発の**シーケンシャル咬合**という考え方です。

アメリカ発の考え方「ナソロジー」について

ナソロジーとは大々的な歯の治療をする際、どのような噛み合わせの位置で顎がかむように治療すればよいのかを、100年近く議論しながら体系化してきたものです。

虫歯がひどくなったり、歯を失ったりした人の場合、噛み合わせの位置はもともと自分で噛んでいた位置とは大幅に変化してしまいます。

ナソロジーは、そのような人の歯の治療を行う際に、どのようにしたら治療がうまくいくのかを考えたことが始まりです。

アメリカのほとんどの大学ではこの理論を元に、噛み合わせの位置を取る方法をハンズオン

(教官自ら生徒の手をとって教授する方法)で教えてきました。

ちなみに、アメリカの歯科大学の教育システムは、日本のレベルをはるかに上回っていると私は考えています。なぜなら、日本では噛み合わせの取り方すら知らない教官がほとんどなのですから。

しかし、この考えで行われる噛み合わせのとり方は、レッドチン(赤い頤:おとがい/下あごのこと)・ブルーチン(青い頤)と揶揄されるように、とても強く頤を押すものでした。

実際この噛み合わせの取り方で治療をされた患者さんを多く診てきましたが、**ほとんど治療がうまくいっていません**。そして実際アメリカでもこのような噛み合わせのとり方による顎関節症の治療は目立った成果を挙げることなく、顎関節症の患者さんはオロフェイシャルペイン(顎顔面痛)というカテゴリーに押し込められ、今でも抗鬱薬や筋弛緩剤などを投与され、治ることのない治療を受け続けています。

ヨーロッパ発の考え方「シークエンシャル咬合」について

一方、ヨーロッパではシークエンシャル咬合といって、特殊な機械(キャディアックスという)を用いることによって、噛み合わせを治そうという動きがあります。

これは、シュラブスキーという研究者(ウィーン大学名誉教授であり、現在も健在)先導をとって、治療法を広めていきました。

彼の理論は、**個々の歯の噛み合わせの面の形が、噛み合わせには非常に重要な役割を果たしている**というものでした。

彼らは、キャディアックス計測した噛み合わせのデータを基に、噛み合わせの位置を決めるものでした。

しかし、**顎の異常を起こしている人の顎の運動をいくら正確に計測しても、正しい顎の運動を予測したり、再現したりすることはできません**。

しかも彼らはかぶせものやつめものをミクロン単位で動きを制御しようとした。しかし、実際は歯はわずかなかみ締めを持続的にするだけで簡単に移動するものなのです。

つまり、**そこまで精度を上げて製作してもその歯が移動することを考慮しなければほとんど意味がない**ということに彼らは気づいていなかったのです。



2つ噛み合わせのまとめ

ナソロジーは正しい噛み合わせの位置を見つけ出そうという点では正しかったのですが、その位置の取り方に問題がありました。

一方**シークエンシャル咬合**では、噛み合わせの面が顎関節症の原因に大きく関係していることを見つけたことまでは正しかったのですが、正しい噛み合わせの位置を見つけない方法自体がいい加減であったことが問題だったのです。

第三章

当院の矯正治療について



私はこれら2つの理論を実際にも実践してみた結果から、どちらの理論もよい部分はあるものの、実際の顎関節症をきちんと治せるという**確信にいたっていない**ことがわかりました。



私はこれら両方のよい部分をミックスして、考えに考えました。

なぜ、シークエンシャル咬合理論による噛み合わせの面の形が顎関節症に関係しているのか、そしてレッドチン、ブルーチンで採得された噛み合わせの位置で顎関節症が治らないか、をです。

しかし、自分自身が顎関節症で悩んで、整体に通い続けているうちに活路は急に開けました。整体治療を受けながら矯正治療を行ったことで、急激に私の顎関節症がよくなったのです。

そして、正しい噛み合わせの位置は、筋肉の力が完全に抜ける位置であるということと、噛み合わせを治すことによって全身の筋肉の緊張が取れはじめ、骨格が変化し、それに伴い正しい噛み合わせの位置は変化してゆくという考え方です。つまり、正しい噛み合わせの位置は、治療とともに変化する、それが答えですから、一生懸命正しい噛み合わせの位置を探していた彼らの苦勞がいかに無駄であったかわかるでしょう。

そして、結論から言って、ナソロジーの噛み合わせのとり方も、そしてシークエンシャル咬合の噛み合わせのとり方がともに間違っていることに気づきました。

顎関節症の患者さんの噛み合わせの位置が、ほとんどの先生が考えているほどわずかな量ではないことがよくわかったのです。

最後に

私が考える矯正治療とは？



どうですか？矯正治療の奥深さが良く分かりましたか？

皆さまには、正しい知識を持ち、正しい矯正治療を受けて欲しいものです。最後になりましたが、ここで私の考える矯正治療の目的について述べさせていただいたところで、この小冊子を結びとします。

私が考える矯正治療とは？

1. 噛み合わせを治す

皆さんは普通矯正治療を受ければ、当前噛み合わせは良くなっているだろうと思うでしょう。しかし、残念ながら**必ずしもそうではありません。**

矯正治療をして歯並びは一見良くなったように見えるのに、首が痛くなったり、肩が凝るようになったといった問題を抱えた方も少なくありません。これは、**噛み合わせと全身の筋肉が大きくかかわっているからなのです。**

2. 噛み締めを弱める

噛み締めは噛み合わせが悪いと引き起こしやすくなります。**噛み合わせの悪い人はより食い縛ったりする癖が多いのです。**

これは矯正を行うことで正しい噛み合わせに治してゆくと自然に少なくなり、それに伴って肩コリや首の痛みがなくなってゆくのですね。現代人はパソコンを多く使うため脳の負担

Copyright(C) 2009 番町デンタルクリニック.All Right Reserved.

が大きくストレスが多く、噛み締めが強すぎる方がたくさんいます。これを治すのも矯正の役目です。

3. 顔の輪郭が美しくなる

わざわざ美容整形に通って、骨を削ったり、たるんだ頬を引っ張ったりしなくても、歯科矯正でも、**あごの筋肉が正常になる場合もあります。**

私自身の経験でも、エラが張っている人、頬骨が出ている人が、**顔の輪郭がほとんどの場合、良い方に変化してきます。**

4. 歯のひび、歯周病の悪化を防ぐ

不自然な噛み合わせからくる、強い噛み締めで、歯にヒビが入り、虫歯になりやすくなります。

また、奥歯に過大な力がかかるため、歯周病を早める原因となる場合があります。これらの症状も、**噛み合わせを考えた矯正治療で、予防することができるのです。**

このように矯正治療はただ単に見た目を治すだけではなく、噛み合わせを治すことによって、さまざまな効果が期待できるといえるでしょう。

東京都 矯正歯科の番町デンタルクリニック

院長 吉田敦志

鳥取県米子市出身(1965年生まれ)

1991年 東京医科歯科大学歯学部卒業

2000年 番町ハイムデンタルクリニック開院

2002年 医療法人エチカ設立

2004年 ISO9001取得

2009年 三番町に移転 番町デンタルクリニックとなる



【医院案内】

医療法人社団エチカ 番町デンタルクリニック

〒102 - 0075 東京都千代田区三番町 7-1

朝日三番町プラザ 101号室

電話番号 **03-3237-8998**

診察時間(火～土)

午前	10:00～13:00
午後	14:30～19:00 土曜日 18:00迄

