

知って得する

お歯なしシリーズ



今回のテーマ：「大人への階段」

朝・夕の風はすっかり秋モード

道行く人のファッションやウィンドーを飾る装飾もいつしか落ち着いたトーンとなり季節の移ろいを感じます。第1回の赤ちゃんのお話から今回で第5回目を迎え、回数とともに成長した「歯」の一生も、そろそろ思春期から青年時代へ入りましょう。



皆さん、顎が痛い、口を開けた時に音がする、口が開け辛い…こんな経験はありませんか？ 毎回ではないにしても、思い当たる節があればそれは「顎（かく）関節症」かも知れません。パソコンを使う時、頬づえをついていませんか？ いつも決まった側だけで咀嚼（そしゃく）をしたり、同じ側を下にして眠る…顎関節症の原因は心因的なものまで含めるとたくさんありますが、日常生活で何気なく癖になっていることを改善するだけでも症状は和らぎます。

それからもうひとつ、この年代から始まる受難が「親知らず」です。親知らずは、その人によって0〜4本で上下左右の一番奥に生えてくる歯のことです。ただでさえ狭いスペースに最後に無理やり顔を出す歯なので、まっすぐ生えることが難しい上、歯ブラシが届きづらいので虫歯になるリスクが高いです。かみ合わせには関係していませんが、腫れや痛みを繰り返すようなら、拔牙するのも一案です。

どちらも、重症になる前に受診しましょう。



歯学博士
小山和彦
 浜松市中区佐鳴台1-12-8
 ☎ 053-452-0520(代表)
<http://www.haishade.com>