

「マウスピース矯正ってどう？」②

文 飯塚 宏明

text by Hiroaki Iizuka

飯塚 院長

この頃患者さんからよく受ける質問です。歯列矯正するためマウスピースをはめてます。歯ぎしりが酷いからマウスピースを勧められました。顎関節症だと言われマウスピースをはめていきます。

マウスピースは安全なのでしょう？マウスピースの起源は1892年にボクシングの選手を守るために、スポーツマウスガードとしてイギリスで開発されました。これは歯を守るためです。

1950年代になるとアメリカで審美を目的としたセラミックスの被せ物が出てきます。初期のセラミックスは強度が低く夜中に歯ぎしりや食いしばりをするると割れたり欠けたりしていました。セラミックスが壊れると入れた歯医者が訴えられるため、訴訟大国アメリカでは歯医者がセラミックスを入れた患者さんに「夜寝るときは必ずこのマウスピースを付けて寝てください。付けないで寝てセラミックスが壊れても当方は責任を取りません」と歯を守るためでなく歯医者を守るために使われていました。

考えてみてください。ガムを口の右

に入れると右の歯で噛みます。ガムを左に入れると左の歯で噛みます。ガムを前歯に入れると前歯で噛みます。どんなに薄いマウスピースを入れても、人は必ず噛み締めます。

マウスピースが入る事により人はずっと噛み締め続けます。朝起きたときにコメカミや顎の痛みがあるのはこのためです。噛み締め続けたとしても歯と歯の間にマウスピースがあるので歯は守られます。しかし、側頭筋、咬筋、僧帽筋、胸鎖乳突筋は常に緊張状態が続き、頸椎の5、6、7番は前方に3、4番は後方に傾き、手や肩の痛みや痺れ頸椎症性神経根症の症状を発症してきます。

歯は守られるかもしれませんが、上部頸椎に変形障害を招きます。これを治すのは非常に大変です。さらに、顎関節症は顎が後上方にズレるのが原因です。そこにマウスピースを入れると、一旦は改善したように見えますが上下の歯のストッパーがなくなり、顎はスルスルと悪い側の後上方にズレてしまい、外したときにどこで噛んだら良いか分からなくなってしまうます。悪い側の奥歯しか当たらず前歯がスカスカに開いてしまう場合もあります。

マウスピースは諸刃の剣。なぜ入れるか？何を目的に入れるのか？本当に入れる必要があるのか？それらを考えながら歯医者さんに聞いて相談してか

ら始めてはいかがでしょうか？



飯塚歯科ホームページ
https://aidental-iizuka.com



Profile

1959年 神奈川県小田原市の米屋の長男に生まれる
1985年 日本歯科大学歯学部卒業
1988年 バイクで通勤中トラックと衝突し第1頸椎及び右手首粉砕骨折、絶対安静6カ月の入院生活を送る～ 医療従事者でありながらベッドの上で何もできない自分に出会い、これがきっかけで身体全体を考えるようになる～
1990年 千代田区神田神保町に「飯塚歯科」開設
趣味：ダイビングもうじき800本、60歳でサーフィン始めて毎週通う。
音楽：ボサノバ-セルジオメンデス&ブラジル66、JAZZ-Idea6、J-POP-中森明菜