

# 医療

## 早期発見・早期治療のススメ

シリーズ  
**医療新時代**

### 歯の健康を考えた 「歯列矯正治療」

悪い歯並びと噛み合わせを良くしよう

悪い歯並びのため噛み合わせも悪いという日本人が、年々増えていきます。歯並びが悪いと見た目ばかりでなく、歯の健康上もよくありません。今では「歯列矯正治療」について特集しました。



また、治療の開始時期やタイミングについては、一概にこの時期というのではありません。子供を持つ親であれば乳歯の時から歯並びの状態をチェックしたり、永久歯がどう生え揃ってきているかなどに注意する必要があります。ある程度、歯や顎の成長が止まった段階で本格的な治療に入ることが多いのですが、歯の病気になるリスクを考えれば、早い時期に一度受診されることは効果的だといえます。

主な治療方法は歯の表面にブラケットと呼ばれる装置を付け歯を動かす方法や、取り外しのできる矯正装置などを使用している治療方法です。歯を抜歯して治療する場合もあり、それぞれの状態に合わせて行われます。

### 飲食系食事過多が悪い歯並びに

現代の日本人は歯並びが悪くなる傾向にあります。その大きな原因はまず乳児期に母乳を与える人が少なくなったこと、食べ物が飲食系に偏ってきていることが挙げられます。軟らかい食べ物は何度噛まずに飲み込むことから、噛むための筋肉が発達せず、その影響で顎が大きくなりません。

### 虫歯や歯周病の予防にも

それらの問題を解決するための一つの方法として、「歯列矯正治療」が生まれ、最近になって日本でも一般的になってきました。歯並びが悪いと見た目が悪いた

### 歯科医からのアドバイスQ&A



熊本インプラントセンター  
添島歯科医院  
土屋 衛 医師  
日本口腔インプラント学会  
会員

### 「歯列矯正治療」

え揃った子供から大人までになります。主な症状の具体的な例はありますか？

悪い歯並びや噛み合わせを良くするための治療の一つが「歯列矯正治療」。最近では年配の人でも受診するケースが増えてきています。そこで今回は「歯列矯正治療」について、添島歯科医院（熊本市桜町）の土屋衛ドクターにお話を伺いました。

### 悪い歯並びや噛み合わせが対象

どのような人が歯列矯正治療の対象になりますか？

噛みにくい、発音しにくいなど明らかに機能障害がある人、歯並びが悪く、虫歯や歯周病になっている人、骨格的に噛み合わせがズレている人、歯や顎の大きさが原因で唇が閉じにくい人、審美（見た目的）に問題がある人などが主な対象者です。年齢的には乳歯が生

きてから約1年かかります。治療期間はケースバイケースですが、約1年

から3年程度かかります。ただし、歯がキレイに並んだら終わりというわけではなく、動かしただけは元に戻ろうとする習性がありますので、元に戻らないようにその後も別の装置を使用する必要があります。

### 治療方法や治療期間はどれくらい

治療方法や治療期間はどれくらいになりますか？

ポピュラーな治療は歯の表面に矯正装置を付けて歯を動かす方法で、上下左右の歯を数本（最大4本程度）抜いて行う場合もあります。最近では歯の裏側に矯正装置を付けて治療する、また、矯正専用のインプラントを二時的な支えとして使用する方法も出てきました。治療期間はケースバイケースですが、約1年

熊本インプラントセンター  
**添島歯科医院**  
熊本市桜町1-26-205 桜町センタービル2階  
TEL.0120-354508  
http://www.tsumidani-hospital.com

生活習慣病  
**あらかと脳卒中編**  
その②  
**「脳卒中」**  
の予防法（その②）

頭を使い、手足をよく動かす水分補給も忘れずに

血管の内面が正常ならいくら血液が固まりやすい状態でも、血管は詰まらないといわれています。ですから脳の血管をできるだけだけ若々しく保つことが重要です。高血圧なら塩分を控える、コレステロールが高ければ動物性脂肪の食事を減らす、糖尿病ならカロリーを控えて運動するなど、リスクファクターを減らすことが大切です。

もう一つは頭を使い、手足を動かすことです。頭を使えば脳の血流が増え、手を動かせば手を動かす脳の領域の血流が増えます。また、血液が濃くなると血管が詰りにくくなるので、適度に水分を補給して血液の濃縮を避けることです。サウナや運動で汗をかくいたら、すぐ水分を補給することが大切です。

ところで主に発作が起きた患者さんや動脈硬化が進んでいる人などの注意事項の一つとして、風呂は長湯をせず、急に立ち上がらない。立ち上がったとたんに血圧が下がって失神することがあります。さらに熱い湯もよくありません。トイレでは力むと血圧が急激に上がり、発作の引き金になる可能性があります。ですから便秘にならないようにすることも大切です。

## 「味覚障害」って？

今回は、最近身近な問題になりつつある「味覚障害」について、熊本大学名誉教授で現在は熊本機能病院の味覚外来を担当されている小川尚先生にお話を伺いました。

最近増えているのがビタミンやミネラル、特に亜鉛不足による舌の損傷です。そのほかにも薬の副作用、肝臓病や脳卒中が原因となることもあります。また、放置しておくことと高血圧や糖尿病に発展する危険性が高まります。

- Q 「味覚障害」とは**
- A** もっとも多い症状としては、味の感じ方が鈍くなります。そのほかにも「甘いものを苦く感じる」、「塩辛いものの味がわからない」、「何も食べていないのに口の中が苦い」といった症状がみられることもあります。自分では気づいていないこともあり、下のチェック表を参考にしてください。
- Q 「味覚障害」の原因は何ですか？**
- A** 味覚障害の原因はさまざまです。まずはその原因を突き止めることから始めます。その結果、ビタミンやミネラル不足であればそれを補充しますし、ほかの原因となっている病気がある場合はその治療を行います。いずれにしても、自己判断をしたり、特に高齢の方は「老化現象」とあきらめたりせずに病院で診察を受けてみてください。熊本機能病院には鼻内唯一の味覚専門外来がありますし、かかりつけ医や身近の先生に相談してみるのも良いですよ。

**味覚チェック表**

- 料理の味付けが物足りない、または感じない
- 以前と違う味に感じる
- 家族から味付けの変化を指摘された
- 他の人より調味料を多く使う
- 口の中でいつも変な味がする

お問い合わせはこちらへ

医療法人社団 寿量会  
**熊本機能病院**  
〒860-8518  
熊本市山家6丁目8番1号  
TEL.096-345-8111  
FAX.096-345-8188  
URL http://www.juryo.or.jp

情報提供が人生を変える  
**「がん」と向き合う後悔なき選択**

※医師に相談してください。2014年11月

無料レポートをご希望の方はお電話・ハガキ・ファックスでお申し込みください。

連絡先：0120-919-688

〒541-0045 大阪府中央区東船場4丁目1番10号  
総合健康と健康を考える会 A4149係  
連絡先：0120-115-593  
http://www.dntel.net