2021. 6.15 発行



-昭和大学歯科病院の理念-

患者本位の医療 先進医療の推進 良き医療人の育成 発行責任者 病院長 馬場一美編集責任者 広報委員長 丸岡 靖史 〒145-8515 東京都大田区北千東2-1-1

いちいちごいち TEL 03-3787-1151(代表)

ホームページ: https://www.showa-u.ac.jp/SUHD/index.html

いびきと歯ぎしり

顎関節症治療科 診療科長 菅沼 岳史

学牛時代にのめり込んだスキーも最近で は年に1回行く程度になりましたが、コロ ナ禍で自粛のため、ここ2シーズンはそれ もかなわず、2021年のスキーシーズンも終 わってしまいました。毎年のスキーは、土 曜夜になじみの民宿に1泊し、日曜午前中 だけ滑って帰る日程で、お酒とスキーを楽 しむのが目的でした。土曜夜に十分お酒を 楽しんだあと、大きな部屋で医局員達と一 緒に寝床をともにするのですが、いびきと 歯ぎしりの音がうるさい私は、一人小部屋 に隔離されていました。皆さんも職場や友 人などとの旅行でいびきや歯ぎしりに悩ま されたことや一緒に寝ている人を悩ませた 経験があるかと思います。お酒をたくさん 飲んだときや疲れているときに、よくいび きをかくことや歯ぎしりの回数も増えるこ とがありますが、スキー場の民宿における 後輩達を悩ませた私の騒音はまさにこれで した。こうした一時的ないびきは異常なも のではありませんが、常にいびきをかくよ うな場合には注意が必要です。特にいびき

が急に消え、静かになった時には一時的に呼吸が止まった状態になります。これが睡眠時無呼吸症候群で、日中の眠気や仕事能率の低下、車の運転事故等を



招くだけでなく、さまざまな生活習慣病に 関連しています。また、歯ぎしりは、歯が すり減る、欠ける、被せものが壊れるなど のほか、歯周病や顎関節症の原因になるこ とから適切な対応が必要になります。

2021年4月に開設された昭和大学歯科病院睡眠歯科センターでは、睡眠時無呼吸症候群と歯ぎしりに対する診療を行っています。日中の強い眠気などの自覚症状がある場合やいびき、歯ぎしりでお悩みの方は是非ご相談下さい。

https://www.showa-u.ac.jp/SUHD/patient/outpatient/special/sleep.html





2019年3月3日、40年通い続けたかぐらスキー場にて



- P1 巻頭言 いびきと歯ぎしり
- P2 診療科紹介 顎関節症治療科
- P3 新入職員ご挨拶
- P4 インプラント義歯 技工室 編集後記

記事見出しの色分けをいたしました。

- 患者さん向け、
- 医療機関向け、
- お知らせなど

診療科紹介 顎関節症治療科

顎関節症治療科 助教(診療科長補佐) 佐藤 多美代

当科は顎関節症、歯ぎしり、口やあごなど 顔面領域の痛み(口腔顔面痛)、スポーツマ ウスガードよる治療を専門的に行っていま す。あごを動かすとカクカク音がする、咬む とあごが痛い、口を大きく開けられない、噛 み合わせに違和感があるなどの症状がある場合は顎関節症の可能性があります。また、虫 歯や歯周病などの病変がないにも関わらず口 やあごに痛みがある場合には口腔顔面痛の可 能性もあります。痛みの原因を探ることが重 要ですので、丁寧な問診と検査を行います。

診療内容

1. 習癖是正認知行動療法

顎関節症の原因は1つではなく、昼間の食いしばりや頬杖などの癖、片咀嚼、夜間の歯ぎしり、ストレス、楽器演奏、スポーツ、外傷などが挙げられており、これらの原因が増えて限界を超えると発症すると考えられています。特に、仕事をしているとき、パソコンを操作しているとき、考え事をしているときなどに無意識に上下の歯を接触させる癖を持っている患者さんが多く存在します。この癖は顎関節やあごの筋肉に負担を与えますので、習癖を認知してもらい是正する治療が必要です。

2. リハビリトレーニング

口を大きく開けられない場合は、口を開ける練習をしてもらうことで開口障害を改善します。あごの筋肉のストレッチ効果もありますので、筋肉の痛みに対しても有効です。あごの筋肉に痛みがある場合にはいわゆる"こり"が触診できるので、この部位をマッサージすると痛みが軽減することがあります。

3. スプリント療法

顎関節に痛みがある場合には、顎関節への 負担を軽減する目的で就寝時にスプリントと 呼ばれる装置を装着することがあります。マ ウスピースやナイトガードとも呼ばれていま す。スプリントは歯のすり減りを防止するこ ともできるので、歯ぎしりをする方にも有効 です。

4. 薬物療法

顎関節やあごの筋肉の痛みが強い場合や口 腔顔面痛には、薬物療法が有効な場合があり ます。

5. パンピングマニピュレーションおよびト リガーポイント注射

顎関節の動きが悪い場合には局所麻酔薬を 顎関節部に注射し引っかかりを外すパンピン グマニピュレーションを、あごの筋肉の痛み が強い場合には筋肉の"こり"の部分に局所麻 酔薬を注射して疼痛を軽減するトリガーポイ ント注射を行うことがあります。

6. スポーツマウスガード

損傷の防止を目的として、ラグビーやボクシングなどマウスガードの着用を義務付けるスポーツが増えてきています。マウスガードの装着は顎関節にも影響することがありますので、専門機関での作製をおすすめします。

あごの状態がいつもと違うけど自然に治らないと思ったら、日本顎関節学会の専門医が

所属する当科を 受診してくださ い。



顎関節症治療科スタッフ

新入職員ご挨拶

本年3月に大学院を修了し、4月より高齢者 歯科に入職いたしました志羽宏基です。福井 県出身で、地元では高齢者の割合が高く当科 の重要性を考えて入局致しました。ご高齢の 方は傍目からはお元気に見えてもご病気をお 持ちの方が多くいらっしゃいます。

当科では患者さまの心身の変化を考え、いきいきと暮らしていくために、総合的に歯科医療を安全、安心に行っております。一般的な歯科診療はもちろんのこと、口腔の機能の低下を早期に発見し、予防するための治療を通じて、QOLの向上ができるように精進して参ります。どうぞ宜しくお願い申し上げます。

高齢者歯科 助教(歯科) 志羽 宏基

2021年3月に本学大学院を修了し、4月1日より補綴歯科の助教(歯科)として入職いたしました飯泉亜依と申します。

昭和大学歯学部を卒業後、臨床研修を行っていく中で、補綴治療の大切さと難しさを感じ、本学大学院歯学研究科(歯科補綴学)に入学しました。大学院中は光学印象を用いた睡眠時ブラキシズムの臨床研究を行っておりました。

これからは教育職員として教育に励むと共に、診療では大学院時代に学んだ知識と経験を活かし、患者さんへのまごころを忘れず、 日々精進して参ります。宜しくお願い申し上げます。

補綴歯科 助教(歯科) 飯泉 亜依

令和3年4月1日より美容歯科に入局いた しました池田遼太です。

当科は、歯の審美性が気になる患者さんに対し、単にむし歯を削って治すだけでなく、 金属の詰め物を樹脂の材料に置き換え目立た なくすることや、ホワイトニングなどさまざ まなアプローチを行い、患者さんに満足いた だけるような治療を目指しております。

ぜひ、皆様もなにか歯のことでお困りのことがございましたら当科においでください。 私自身も、諸先輩方のような素晴らしい歯科 医師となるため日々精進していく所存でありますので、何卒よろしくお願いいたします。

美容歯科 助教(歯科) 池田 遼太

本年4月から歯周病科の助教(歯科)とし て入職いたしました今美乃(こんよしの)で す。私は明海大学を卒業後、同大補綴科で臨 床研修を行いました。臨床研修ではどこから どのように治療を進めていくかの治療計画の 立案について悩むことが多く、機能する歯を どのように残していくか一口腔単位の治療を 専門的に学びたいと考え、本学歯周病科に普 通研究生として入局しました。本年度からは 助教(歯科)として診療と教育に頑張りたい と思います。新型コロナウイルス感染症の感 染拡大が収束せず大変な時期でありますが、 患者さんに真摯に向き合い、自身の技術、知 識向上に努め、学生指導等にも精一杯努力し て参りますのでどうぞよろしくお願いいたし ます。

歯周病科 助教(歯科) 今美乃

コンテスト優秀製作物のご紹介

歯科技工室 責任者 各務 信幸

歯科技工室の馬場大輔技工士が被せ物のコンテストにおいて最優秀の評価を受けましたので、その製作物をご紹介いたします。

歯科技工室では被せ物のみならず入れ歯やインプラント、矯正装置に至るまで、当院の先進的な高いレベルの歯科治療に沿って高度かつ最先端技術を積極的に取り入れて対応しており、患者さんの不安や悩みを取り除き満足して頂けるよう真心のこもった製作物を目指しております。

形、色、その他ご要望などがございました ら、お気兼ねなく担当歯科医師、歯科技工士 にご相談下さい。



作業模型



お口の中(口腔内)

歯がない状態から美しく良く噛める様になりました

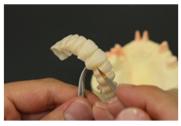


作業模型



お口の中(口腔内)

非常に難しい色ですが口腔内で違和感なく調和しています



私の製作した被せ物で、より多くの 患者さんの笑顔と食のサポートを出 来るよう、これからも日々技術の研 鑚を重ねていきます。



馬場 大輔 技工士

お知らせ

オリンピック・パラリンピックに伴い、当院の診療体制が変更となります。

休診日:7月22日(木)、23日(金)

臨時診療日:8月9日(月) ※臨時診療日は、休日加算が適用されます。

編集後記

オリンピックの開催予定日まであと1ヶ月あまりとなりました。現時点では感染状況から判断して開催するべきではないという意見と、続々と代表内定者が決まり、ここまで準備してきた選手などのことを考え、開催を望む意見がほぼ半数の状況のようです。 (T.S)