



—昭和医科大学歯科病院の理念—

患者本位の医療
先進的医療の推進
医療人の育成

発行責任者 病院長 榎 宏太郎
編集責任者 広報委員長 長谷川 篤司
〒145-8515 東京都大田区北千束2-1-1
TEL 03-3787-1151(代表)

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

「くいしばり」に気がついたらご相談を

歯周病科 診療科長・教授 山本 松男

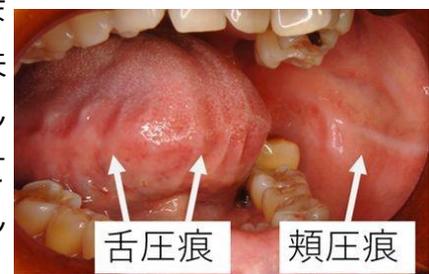
もしも「くいしばり」に気がついたら、当院や近隣の歯科クリニックにご相談ください。歯のすり減り、歯のぐらつき、歯の破折（割れてしまうこと）、顎関節の痛みなどは、むし歯や歯周病と違って歯磨きでは防ぐことができない症状です。これらを引き起こしたり悪化させたりしている要因のひとつに「くいしばり」があげられます。

歯ぎしりは家族からギリギリと聞こえたなどと指摘されて気がつくことが多いのですが、強く噛み込むだけのくいしばりは、他人に気づかれることは少なく、本人も無自覚であることが少なくありません。くいしばりは生体の許容範囲を超えた、とても強い顎の力ですから、毎日続くと歯を支える歯槽骨（顎の骨）の破壊を促進して歯周病を進めたり、歯が割れてしまうことにつながります。ストレスを抱えている方にくいしばりが多いようです。

歯科治療では、対症療法としてマウスピースを作成します。特に夜間に装着してもらうことが多いので、ナイトガードと呼ばれることもあります。過大な力が個々の歯に

集中しないように、力を分散させたり顎を安定な位置に維持したりします。

くいしばりは、歯科医だけでなく、患者さんご本人でも気がつけるかもしれません。くいしばりが生じていると、同時に強いしかめっ面（表情筋の異常緊張）になっていることや、舌を歯列に強く押しつけてづけることが知られています。その結果、口腔内頬粘膜（ほっぺの裏側、口内側）や舌の側面に、歯列のかみ合わせの跡（あと）が強く残っている場合があります。鏡を見ながら、意識せずスッと口を開けてみると、このかみ合わせの跡（頬の内側は「頬圧痕」、舌の側面は「舌圧痕」）が見えることがあります。この場合くいしばりが強く疑われます。少しでも歯を失うリスクを解決して、口の健康ひいては体の健康をめざしましょう。



- P1 巻頭言 「くいしばり」に気がついたらご相談を
- P2 診療科紹介：歯周病科
- P3 歯科診療トピック：小児歯科
- P4 患者さんからのご意見・ご要望、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

歯周病科では、22名の歯科医師（歯周病専門医・認定医11名）が診療しています。歯周病の治療の他に、「歯茎が下がった（歯肉退縮）」などの歯茎（歯肉）が抱えるトラブルについても治療を行っています。今回は、当科で行っている歯肉退縮に対する治療法の一部（写真1～4）をご紹介します。

●治る歯肉退縮と治らない歯肉退縮

歯茎が下がることを専門用語では「歯肉退縮」と言います。歯周病や歯周病の治療によって歯茎が下がる場合が多いですが、加齢的变化や歯科矯正治療後の歯周組織の変化などでもしばしば見られます。一部ですが対処法のある歯肉退縮があります。

それでは「治る」歯肉退縮とはどのような場合でしょうか？ 歯根は顎骨の中に並んでいます。歯と顎骨のサイズが合わず、顎骨から歯根表面が出ている場合があります（写真5）。顎骨から出ている歯根を覆う歯茎は、歯茎の厚みが薄いことが多く、歯茎が下がりやすくなると考えられます。これが「治る（可能性のある）」歯肉退縮です。

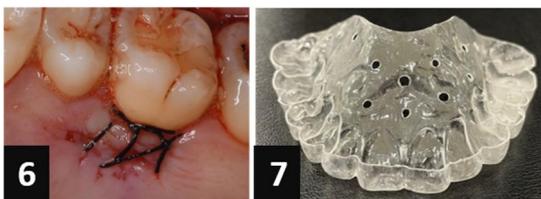
●歯肉退縮の治療法

歯肉退縮の治療法は歯肉移植です。移植す

る歯茎は上あごの裏（口蓋）から採取し（写真6）、露出した歯根面の上に移植します。1回の手術に際し、歯肉退縮している根面と移植する歯茎を採取する口蓋の2か所に人為的に傷ができる点が、この治療法の欠点です。

移植する歯茎を取った口蓋の傷は、10～14日で治ります。手術当日は出血が続く可能性もあるため、術前に傷口を保護するシーネを作製し使っています（写真7）。シーネを入れた状態で飲食可能なため、食事がとれない等の心配はありません。複数歯の歯肉退縮では、エムドゲイン®ゲル（EMD）という材料を歯肉移植に併用する（保険外診療）こともあります。歯肉退縮の状態や歯数によって、保険診療で行うかEMD併用の保険外診療になるか、担当医が判断します。

歯肉退縮は、審美的な問題だけではなく、歯ブラシを上手く当てられず根面う蝕になってしまうこともあります。気になる歯肉退縮のある方は、「治る」歯肉退縮かどうか、歯周病科担当医までお気軽にご相談ください。



1. 下顎右側第一大臼歯の歯肉退縮、根尖まで歯根が露出している。
2. 1の症例に遊離歯肉移植術を行い治癒後の写真。
3. 下顎右側中切歯の歯肉退縮、根尖まで歯根が露出している。
4. 3の症例に歯肉結合組織移植術を行い治癒後の写真。
5. 歯肉退縮している患者の顎骨から歯根表面が出ているCT画像の一例。
6. 口蓋から移植する歯茎を採取して縫合後の口腔内写真。
7. 止血用シーネ。

お口の印象や歯並びで、いちばん印象に残るところはどこでしょうか。おそらく多くの皆さんは、上の前歯だと思います。小学1年生や2年生になると、上の前歯が永久歯に生え変わりますが、きれいにそろう場合もあれば、そうでない場合もあります。上の前歯の歯並びを気にされて来院されるお子さんはかなり多くおられますが、その多くが「前歯の間に空いている」というものです。

永久歯の前歯の多くは、ややハの字を呈して生えてくるので、心配いらぬケースもあるのですが、ハの字ではない場合や、前歯と前歯の間の距離が大きい場合は、生え方の問題ではないかもしれません。実は、過剰歯という余分な歯が埋まっていることがあるのです。

小児歯科では、前歯と前歯の間の距離が大きい場合、まずはエックス線撮影を行います。そこで過剰歯が確認された場合、過剰歯の状態により対応は異なります。通常の歯と同じように過剰歯が生えそうであれば、経過観察を行います。しかし、過剰歯の方向が上下逆さまで、鼻の方を向いたり横に向いている場合は、さらに歯科用CTにより精密な検査を行います。

このようなケースは過剰歯が自然に生えてくることは無いため、摘出する必要があります。埋まっている過剰歯の摘出は、大人で言えば横に向いている親知らずを抜く程度の侵襲があり、小学生までのお子さんにとってはかなりハードルの高い治療となります。

しかし、前歯の歯並びを考えると9歳くらいまでには摘出した方が良いため、本学小児歯科ではお子さんの精神的な面も考慮して、前歯の間に埋まっている過剰歯の摘出には、全身麻酔下での処置をお勧めしています。

摘出处置は麻酔時間込みで2時間程度で終了し、その後当院の病室で2時間程度お休みいただき、体調等に問題がなければ処置当日にご帰宅いただくことが可能です。勿論安全性を最優先に、術前の検査や麻酔科医による診察も受けていただきます。お子さんは怖がることもなく処置が完了しますので、安心してご相談いただければと存じます。



処置前



CT (過剰歯)



処置3か月後

患者さんからのご意見・ご要望

患者サービス向上委員会

ご意見・ご要望	回答・改善等
予約を変更しようと思い、フロア直通の番号に電話をしたが、なかなかつながらない。時間や曜日によっては電話が集中するのは理解しているが、もう少し混みあう時間には受ける電話回線を増やすなど、改善して欲しい。	この度はご不便をおかけして申し訳ございません。電話回線に関しましては診療科の受付で対応できる人員、また回線も限られているため、なるべく混み合う時間には対応できる人員を増やしておりますが、時間帯によってはそれでも繋がりにくい場合がございます。日によりますがお昼頃ですと比較的繋がりがよくなっておりますので、ご理解ご協力の程よろしく願いいたします。 (医事係)
矯正でお世話になっております。治療と関係ないのですが、そろそろコロナも通常に戻ったので、矯正の先生のシャワーキャップのような帽子は取ってもいいのでは？と思います。マスクもしてキャップもだと子供もこわがり…ご検討いただけると幸いです！ 治療はとてよよくしてくださってます！	歯科治療中は患者さんがマスクを外した状態であり、エアロゾル（空気中に飛沫が漂う状態）が発生しやすく、さまざまな感染症のリスクが非常に高い状態であることから、現状はキャップを着用しております。いただいたご意見をもとに、学内の他附属病院の状況を確認するとともに、感染管理室で改めて必要性を検討させていただきます。 (感染管理室)
11日間ありがとうございました！ 食事が美味しかったです！	お褒めのお言葉ありがとうございます。今後も、味、栄養面を考慮した上で、患者さんに喜んでいただけるような、美味しい食事を提供できるよう、スタッフ一同で努めてまいります。 (栄養科)

間違い電話に関して

ここ最近、おかけ間違いの電話が大変多くなっております。いま一度、電話番号をご確認の上おかけください。

事務課

昭和医科大学歯科病院 電話番号

いちいちごいち

03-3787-1151 (代表)

編集後記

関東地方も梅雨を迎え、蒸し暑く過ごしにくい日が続くようになりました。さらに厳しい暑さとなる夏本番に備え、日々のお食事から十分な栄養を摂取できるよう口腔内環境を整えておきましょう。

(T.O)

