にこにこ新聞

第三回 夏号
2004年8月発行

残夏お見舞申し上げます。毎日暑い日が続きますが、いかがおすごしですか？

今年の夏は、オリンピックにワールドカップ予選、それに夏の風物詩の甲子園開幕とスポーツイベントが大盛り上がり。家族や友達など大勢で集まって、スポーツ観戦を楽しむのはいかがでしょうか？ ところで白田歯科医院では、第三回夏号の新聞を発行することになりました。こちらも楽しんで下さいね

PMTCの良さについて

今回は実際にPMTCを受けられた患者様に感想を聞いてみました。

Q1. PMTCを受けようと思われたきっかけは？	〔当医院の衛生士にすすめられ、1度試してみようと思った〕
Q2. PMTCを受けてみてどうでしたか？	〔とても気持ちが良く、すっきりしました。〕
Q3. PMTCを受けて、気持ちや生活に何か変化は？	〔毎日きちんと歯を磨かなくちゃいけないという気持ちがわいた

えがお

先日、この新聞をご覧になられて"まさに自分はこれだ、と思って涙が出た、すぐにでも噛み合わせをなおしてほしい"と言われて一人の患者様がおみえになりました。

今バランスのとれた噛み合わせにする為に、痛い足腰を、一本のつえでささえながら、優しいお孫さんに送り迎えをしてもらって治療に通われています。

早く治療がお終られて、少しでももとの元気なお体になられるようにスタッフ一同願いながら治療のお手伝いをさせていただいてます。

ブラッシングポイントラリー

・最近商品をゲットする方がでていません。皆さんブラッシングがんばって下さい。
次回からは商品をゲットされた方を新聞で紹介していきたいと思います。

7月9日 日々新聞より

連載エッセイ

歯医者のひとりごと

百田昌史

その12

噛み合わせで肩こりが

70歳のAさんは慢性の肩こりや首のこりなどに悩んでいました。私はAさんを診て、噛みあわせの悪かったブリッジ（固定式の入れ歯）を取りかえて、バランスのとれた噛みあわせに改善しました。すると、あれほど苦しんでいた肩や首のこりがなくなってしまったのです。Aさんは「私は歯医者に行って肩こりが治ったとよー。みんなに言いよるけど、あんまり信じてくれんとよ」と言っています。

Bさんは30歳。歯並びがかなり悪かったのですが、頑張って矯正治療をしました。すると「ずっと集中力がなかったけども、治療をしてからは頭がはっきりした」と言われました。

"歯並び"というのは上の顎、下の顎それぞれの横の関係のこと。"噛みあわせ"というのは上の歯と下の歯の関係です。横の歯並びが悪ければ、上下の噛み合わせも当然悪くなります。

歯は食べ物を噛むだけではありません。しゃべるというのも歯の働きのひとつ。歯並びや噛み合わせが悪いと、発音が悪いしゃべり方になってしまい、社会生活で損をしてしまいます。そして、歯には顔の形を作るという役割もあります。歯しだいで、顔が変わります。

さて、AさんやBさんの例がなぜそうなるのかという理屈は、歯科界全体でもまだまだ未解明で分かっていないことが多いのですが、最近の研究の進展で、簡単にいうと「噛みあわせのずれが、頭と体にしびれを発生させていた」ということが分かってきました。

噛みあわせが良くないと、思わぬ障害が全身に広がることがあります。腰痛が歯のせいで起きることもあります。めまい、耳鳴り、頭痛もそうです。背中の痛みや不眠症をもたらすこともあります。これらは不定愁訴といわれる症状です。歯の噛みあわせが自律神経の乱れにつながり、自律神経症状として様ざまに発現してくるのです。

学校には学校保健委員会というのがあって、医師、歯科医師、薬剤師、先生たち、親御さんたちで勉強会をしています。最近そういう場で養護の先生から「口と全身の健康の関係」を知りたいとのリクエストが相次ぎました。興味と関心は広がっているようです。私も自分なりの噛み合わせ理論はありますが、決定版というものはありません。もっと勉強しなくっちゃ、とつくづく思っています。

（つづく）