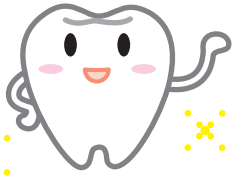


はやした歯科新聞

6
Jun

<http://www.hayashita.jp/>



歯ぎしりは早目の対処が大事です

歯ぎしりの種類

グライディング



上下の歯をギシギシとこすり合わせる一般的なタイプ

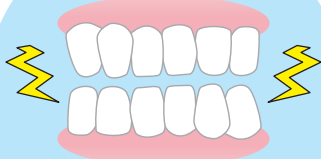
クレンチング 音がしないタイプ



無意識に歯を強くかみしめたり、くいしばるタイプ

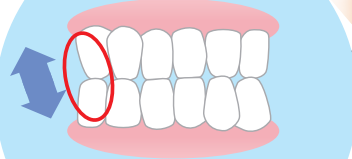
音がしない
歯ぎしりには
要注意

タッピング



歯をカチカチとすばやく合わせるタイプ

ナッシング



一定の場所だけキリキリこすり合わせるタイプ



対処は早めにな！

歯ぎしりの対処法

歯ぎしりの具体的な対処法としては、就寝時にマウスピースをつけるといった対策があります。マウスピースは市販品もありますが、しっかり歯型に合っていないとかみ合わせや歯並びに悪影響を及ぼす場合があります。

歯科医院で歯型をとってつくる、自分のお口に合ったマウスピースを使いましょう。

歯ぎしりにはこんな悪影響が

歯が異常にすり減る

上下の歯をギリギリし続けることにより、歯がすり減り、歯の高さが低くなって、いずれ見た目も老けて見えるようになります。

歯周病が進行する

歯周病を悪化させる要因に「過剰な力」があります。歯ぎしりを放置することで歯周病の進行が一気に加速する可能性があります。

歯が欠けたり割れたりする

歯が欠けたり割れたりする原因に歯ぎしりが大きく関わっており、これによって歯を早期に失うこともあります。

知覚過敏を起こす

歯の根元に力がかかり続けることで、その部分がぐびれ、知覚過敏をおこしやすくなります。また歯が磨り減ったり、歯に亀裂が入ったりすることでも知覚過敏になります。

顎の関節に悪影響を及ぼす

強く噛み続けることで、周囲の筋肉が緊張状態になり、顎の関節にも大きな負担がかかり続けます。そのため、口が開きにくくなったり、顎の周囲に痛みがでる原因になります。

その他

肩こり、頭痛など全身への影響。就寝中の周囲の方への影響。

一般歯科、予防歯科、口腔外科、インプラント、審美歯科、ホワイトニング

はやした歯科医院

〒854-0043 長崎県諫早市立石町22番8号

TEL&FAX: 0957-32-8181

