

イート通信

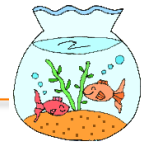
Vol. 45 2012. 8



ふじき矯正歯科

TEL: 052-835-8711

「イート通信」の「イート」は「eat」、英語で「食べる」を意味します。「お口からおいしく食べられるように」との思いから、このような名前をつけました。

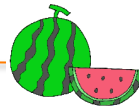


イートな話

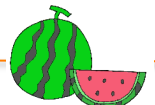
上顎急速拡大装置で上顎を拡大すると、全身にもよい影響を与えることが明らかになってきています。「私の口にも入っている」「昔、入ってた」と思われている方もおられることと思います。この装置は、ご家庭で毎日ネジをまわしてもらって上顎を横へ広げていく装置で、主として子どもに使います。

具体的なこの装置の効用ですが、上顎の拡大とともに、脳の血流量が増加したり、睡眠時無呼吸が改善したり、夜尿症が軽減したりすると研究報告されています。もちろん、睡眠時無呼吸や夜尿症の原因は様々ですので、全ての人に上顎急速拡大装置が有効というわけではありません。上顎急速拡大装置で上顎を拡大すると鼻腔も拡大されるため、呼吸しやすくなり、睡眠時無呼吸が改善したり、眠りが深くなることで尿を抑えるホルモンがたくさん出て、夜尿症を軽減すると考えられています。

この急速拡大装置は昔からある伝統的な装置ですが、近年、世界的に多用されるようになってきているようです。ネジをまわす拡大装置には、口の中に固定するタイプと取り外し式のタイプがありますが、上記のような効果があるのは、口の中に固定するタイプだけです。口は「食べる」「呼吸する」など、生きていく上でとても重要な器官です。矯正歯科治療では、そこに手を加えるわけですから、全身に影響を与えるのは、考えてみれば当然のことかもしれませんね。



藤木辰哉



Q: むし歯になりやすい歯ってあるの？

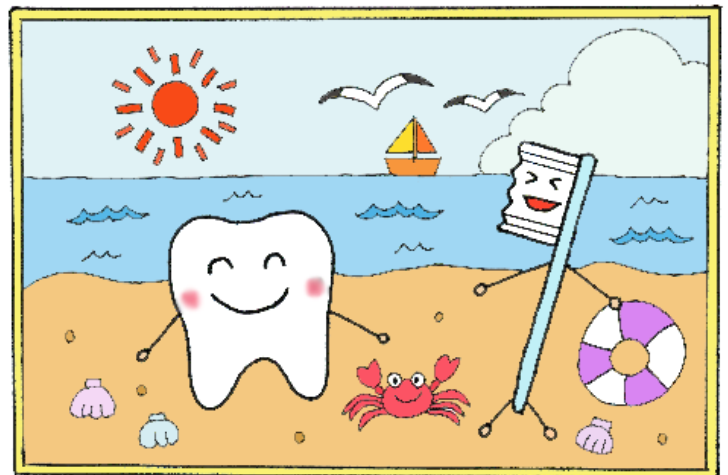
A: 歯並びなどによって個人差はありますが、一番おく歯が要注意です。

唾液（つば）は、むし歯予防のために重要な役割を果たしています。唾液が行き渡るところは、むし歯になりにくく、唾液の流れが悪いところは、むし歯になりやすいのです。

歯並びなどによって個人差はありますが、一番おく歯へは唾液が流れて行きにくいので注意が必要です。歯みがきのときには、一番おく歯をしっかりみがき、できるだけ歯垢（しこう）をきれいに落とすことが大切です。唾液で守られにくい分、歯みがきで補うということです。鏡で見ても見えないところですが、感覚的に、しっかりみがく習慣をつけていきましょう。



毎日暑いですね。こまめな水分補給で熱中症を予防しましょう。普段は水やお茶で十分だと思いますが、運動時など大量に汗をかくときには、スポーツドリンクの方がよいかもしれません。適度な休息もとりながら、暑い夏を乗り切りましょう。



ご意見やご感想をお寄せください。

当院のスタッフへ直接、またはE-mail (fujiki-orthod@s6.dion.ne.jp) でお願ひします。