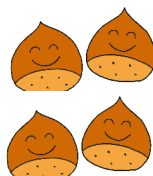


イート通信

Vol. 58

2014. 10



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

舌は、とても重要な器官です。矯正治療を行う時には、舌で歯を押ししてしまうなど、やっかいなもの扱いされることもあります。咀嚼する時には舌がないと食べ物を歯の上へ運んだりすりつぶしたりすることができませんし、飲み込む時には舌がないと食道の方へ食べ物を送るのが難しくなります。また、舌がないと味を感じにくくなったり、話すのにも支障がでます。普段はあまり意識しませんが、舌はとても重要な役割を果たしているのです。

舌の中には、縦、横、前後に筋肉が張り巡らされており、いろいろな形に変形することができます。また、舌は外側にもたくさんの筋肉がつながっていて、いろいろな方向へ動くことができます。形もいろいろ、動きもいろいろ、本当に複雑な動きができる器官なのです。ただ、すべての筋肉を完全に使いこなして、本当に舌を自在に操っている人は、ごくわずかだと思われます。多くの場合、成長の過程や毎日の習慣などで、その動かし方にパターンができてきて、舌にあるたくさんの筋肉の中で、よく使われる筋肉、あまり使われない筋肉などができていくのだらうと思われます。そして、その状態によっては、上手に食べられない、歯並びに影響をあたえるなど、特異的な舌の動きもできてしまうのだと思われます。

そこで当院では、舌の筋肉をきちんと使えるように、お口のトレーニングをしています。舌の動きを支配している神経回路の問題や、これまで使っていなかった筋肉を使う大変さなど、新しい舌の動きを身につけるのは簡単ではありませんが、できないことではありません。アナウンサーも、練習して滑舌よく話せるようになっていきますしね。舌の筋肉をきちんと使えるように、一緒にがんばりましょう。

藤木辰哉

Q: 弟は、ほとんど歯みがきしないのにむし歯ができません。なぜですか？

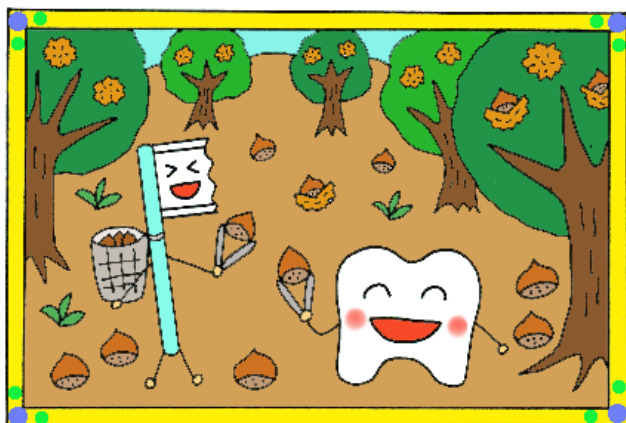
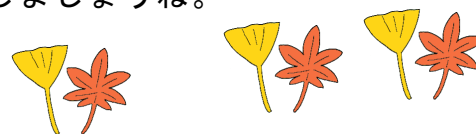
A: 歯の質が丈夫だったり、生活習慣が良いのだと思ひます。

むし歯は、歯についている歯垢（しこう）が酸を作り、その酸が歯を溶かして作られます。歯みがきは、歯についている歯垢を取り除くために行ひます。

歯の質が丈夫であれば、酸によって歯は溶けません。ダラダラ食べないなど生活習慣が良ければ、歯は少し溶けても、すぐにまた元に戻ります。歯みがきせずに歯垢が残っていてもむし歯にならないのは、そのような理由だと思われます。

しかし、歯をみがかないと、口の中はばい菌だらけですよ。気持ち悪いでしょう。また、むし歯にならなくても、歯周病になるリスクは高いです。きちんと歯みがきする習慣は、皆が身につけた方がよいと思ひます。

読書の秋、スポーツの秋、など、秋はなにかを集中してするのひ、とてもよい季節です。少しずつ寒くなりますが、体調に気をつけて、充実した秋を過ごしましうね。



ご意見や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。