

歯っぴらいふ 2024年11月号 あたらし歯科医院

歯科衛生士 榎木 誠子

秋の訪れとともに、少し冷え込む日も出てきました。周りの景色も秋を感じる場面も見られるようになりました。

今年はとにかく暑かったので、秋を迎えた今でもまだ半そでを着た方も多くみられます。

暑い日や羽織物がないとひんやりとする日もあり、不思議な季節感です。

年末が近づき今年にやり残したことはないように、しておきたいことを片付け気持ちの良い年始を迎えたいと思います。

さて歯っぴらいふも長期にわたり、毎月色々な内容をお届けさせていただいています。

興味を持っていただき少しでもお役に立てる内容を分かりやすくお届けしていきます。

これからも・・・

今月は矯正治療について書かせていただきます。

矯正治療とは・・・

歯を無理なく動かし良いかみ合わせを求める事と言われております。

歯は私たちが知らない間に新しい骨と古い骨が置き換わって細胞における新陳代謝と同じですが、矯正で歯を動かすことはこの仕組みを活用しています。

つまり歯が歯槽骨の中で動くのは自然なメカニズムでありこれを上手に利用すると矯正装置を付けてほんの少しの力を加えたら歯を無理なく目的の場所へ動かすことが出来るのです。

ですから矯正治療は矯正装置と歯が動くメカニズムにより、歯を少しずつ動かしたい方向へもっていき良いかみ合わせと歯並びを作る治療なのです。

良いかみ合わせときれいな歯並びとは…

歯並びのきれいさと機能の調和がポイントとなります。

顔と顎の形のバランス、鏡に向かって顔や顎の形と歯のバランスを見てください。

顔を正面から見た際、顎が左右にずれていないか？また口を閉じた際にオトガイと言われる下顎の先に梅干し上のしわがないことがポイントです

横から見た際は上下の顎のどちらかが突き出していないかもポイントです

Eラインという言葉については過去の歯っぴいらいふにも書いていますが鼻先とオトガイを線で結んで上唇と下唇がこのラインに対してどの位置にあるかを示す物差しです。

成人日本人はEラインに対して上唇が2ミリ後方に下唇はほぼライン上にあると美人とされています。

ニコッと笑顔を作ってみてください。

この時口角がキレイな少し上がったスマイルラインが出来、上の歯茎が大きく見えないことが美しいとされる状態です。



上下の歯のバランスについて・・・

歯をかみ合わせてみましょう。

口を横にイーっと開いてみた時に、上下の歯が正中（お顔の真ん中）

正中線であっているかを見ましょう。

日本人では正中線は合い、かつ上の前歯が下の前歯をおよそ2ミリほど被う感じが理想とされています。

歯と顔の正中線がキレイに重なっていることも理想のバランスと言えます。

かみ合わせを横から見ると、犬歯あたりでは上の歯が下の歯とその一つ後ろの歯との間の隙間の尖った部分が下の同じ臼歯の凹んでいる部分とかみ合っているかを見ます。

一歯対二歯のかみ合わせというのですが、それが上下左右の奥歯のバランス良く噛んでいるのが良いかみ合わせという事となります。



次回号からもより詳しく矯正治療について書かせていただきます。

コロナ禍の中ではマスクを外すことがなかったため、忘れがちとされていた理想の歯並びやきれいな口元、かみ合わせについて、マスクを外す機会が増え、笑顔の自信を持ちたい人が沢山増えています。

勿論最近ではネットなどでも自由に色々な情報を取り入れることが出来る時代です。

これも一つのヒントになればと思います。

あたらし歯科医院 歯科衛生士 栩木 誠子