はじめに

こんにちは。
この本を手に取ってくださって、ありがとうございます。

医療法人西村歯科　理事長の西村育郎です。

私は、お口の健康についてわかりやすくご説明するために、ときどき、こうして手作りの小冊子を作っています。

今日は、あごの関節……**「顎関節（がくかんせつ）」**について、お話しします。

私の診療所には、「顎関節の調子がわるい」とおっしゃって来院される患者さんが、たくさんいらっしゃいます。

「他の医療施設に行ってみたけれど治らなかった……」と半分、あきらめかけていた患者さんも、遠くからいらっしゃいます。

ところで、あなたには、次のような経験はありませんか？

- **「あごの関節や、耳が痛い」**
- **「口をあけるときに、ガクッ、バキッ、ジャリッ、と音がする」**
- **「口があかなくなってしまった！」**

こうなると、とてもつらいですね。

食事も満足に食べられないし、お喋りやカラオケも楽しめません。

――そんなとき、あなただったらどうしますか？

あわてて大きな病院に飛び込んで
「あごの関節がおかしいんです！」と言ってみるでしょうか？

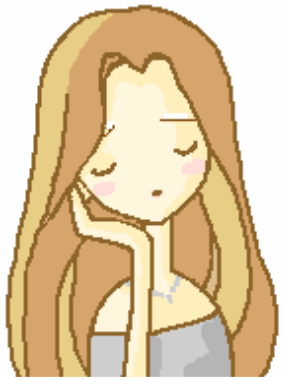
でも、そうすると
……
おそらくあなたは、**「マウスピース」**
というものを作ってもらって、

「夜ねるときにお口に入れてくださいね」

と言われることになるでしょう。
……

それで治ればいいのですが、

「何となく口に合っていないなぁ……」
「効いていないような気がする」……
と思いながらも、
……



「そのままガマンして使って下さい！」
と言われて、しぶしぶ、マウスピースをはめている方も、
いらっしゃるのです。

実は、（おそろしいことに！）このような
「何でもかんでもすぐにマウスピースを入れてしまう治療法」しか
顎関節の治療ができないのが現状です。

こんな治療こそ、
顎関節症が治らなくなる理由の一つでもあるのです。

こんな治療をすることで、症状がますます悪化してしまうことも
多いのです！

でも、どうしてそのようなことが起こるのでしょう?
それは、多くの先生が

「カンだけでマウスピースの治療行為を行うから」なのです。

では、ここで
ちょっと根本的なことをご説明しますね。

ごぞんじのように

歯科医院では、歯が原因で
顎関節症になった人は治療できます。

でも、歯以外の部分が原因で
顎関節症になった人は、治療が難しくなってきます。

ですから、本来なら歯科医師は、治療を行う前に、

「本当に歯が原因で、あごの関節がおかしくなったのかどうか?」

……を先にお調べしなければならないはずです。

原因がお口のなかのことなのかどうかもわからないのに、
それを調べもしないで、いきなりマウスピースを入れてしまうのは、
とてもおかしな話だと思いませんか?

さらに、カンだけでマウスピースをけずったりするために、
ますますお口に合わない形にしてしまうこともあります。

こうなると**最悪**ですね。

私の医院では、そのような「カン」にたよった治療はいたしません。

ですから、他の病院で治療しても治らなかったという方も
どうぞあきらめないでいただきたいと思います。

では、いよいよ

私がどのようにして　顎関節の治療を行っているのか
その方法をご説明していきたいと思います。

STEP1　顎関節症の治療法って？

さて、「**顎関節の治療法**」と一言にもうしましても、
その症状も治し方も、患者さんによってちがいます。

ですから「これが正解」という治療法はありません。

しいて言うなら、

「**できる限り簡単に早く治せる方法**」がベストでしょう。

そういう考えから、私は顎関節治療に

「**O リングテスト**」を利用しています。

当院での「O(オー) リングテスト」のやり方

まず私が、右手で患者さんの患部にふれます。
患者さんには、親指と人差し指を合わせた「輪」を（O リング＝Oの形をした輪）作っていただきます。

そして私がその輪を（O - リング）を引っ張ったとき
その輪が開くと、**「体に悪い」**というサイン、
開かなければ**「体に良い」**サインだとわかるのです。

たとえば、患者さんが「首が痛い」と
おっしゃったら、私は患者さんの首を触りながら
「どの歯をどのように治療したらよいのか」、
O リングテストを行いながらイメージします。

★STEP2 お口の中以外も拝見します！★

当院では、顎関節を治療するとき、お口の中以外も拝見しています。

その理由ですが
……
「歯だけを治したら、顎関節の具合が良くなる」
という方もいらっしゃいますが、
……
中には「歯を治すだけでは解決しない」方もいらっしゃるからです。

なぜなら、顎関節の健康は、
体全体のバランスと密接な関わりがあるからです。

顎関節症の原因が、実は「体のゆがみ」だった、ということもあります。

（そういうときは、整体をお勧めすることもあります）

では、「お口の中以外」を診察するときのチェックポイントをご説明してまいりましょう。

1 体のゆがみを診断します。

首から仙骨にかけて、ゆっくりと人差し指を背骨にそっとおろしていくと、指が曲がるところが出てきます。
指が大きく曲がるところは要注意です。
これは誰にでもできるチェック法です。
（人によって能力差はあります）

2 装飾品の判定をします。

身に付けている金属の種類・色が体に合っているかどうかの診断を行います。
金属アレルギーがある場合はもちろん、マニキュアの色が体のバランスに悪影響を与えることだってあるのです。

他には、ハイヒールや締めつける下着もよくありません。

3 左右の「アゴの位置」を判定します。

アゴが左右のバランスから見て、
どういうふうにズレているのか　　。
・・・

この判定がもっとも重要になります。

4 体全体の「緊張度」の判定

頭から腰まで○-リングテストを行います。
すべての位置で○-リングが開くようなら、
「歯のくいしばり」を疑います。

無意識に歯を　くいしばるクセがある人は、体全体が緊張して、
バランスを崩していることがあるのです。

STEP3　お口の中の診断法

お口の中以外も拝見しますが、
もちろん、お口の中も診察させていただきます。

その後、治療にはいるわけですが、私の場合、
原則的に、歯をけずることはありません。

（もちろん、やむを得ず、必要なときはけずることもあります）

では、どうやって治療をするかですが、
プラスチックのお薬を歯の上にたすことによってアゴのバランスを
整えていきます。プラスチックのお薬というのは何かというと、
これは虫歯につめる白いお薬です。

軽症であれば、3~4回の通院で改善される方もいらっしゃいます。

治療前の診察は、10分程度あればOKです。

私は、次のようにして、お口の中を診断させていただいています。

1 「親知らず」の有無を判定します。

「親知らず」があるとき、顎関節に症状が出る場合があります。

原則的には、抜歯をオススメしています。

2 「アマルガム」の有無を判定します。

銀歯をつめる治療をしたことのある方、そのつめものは

「アマルガム」ではありませんか？

「アマルガム」には人体に有害な**水銀**が入っています。

この有害な物質のせいで、お口の中のバランスが

くずれる場合があります。

白いプラスチックの材料にかえることをオススメしています。

3 上下の歯並びを判定します。

歯の並びかたを拝見して、バランスが悪くないか

チェックします。

歯列の内側や外側に、アンバランスな歯が飛び出していたら、

改善をオススメしています。

4 金属の種類・色の判定

金属が体に合っているかの判定をします。

体に合わない金属は、アレルギーの原因にもなります。

STEP4　治療にお時間のかかる方

さて、先ほど
「3～4回のご来院で改善される方も多い」ともうしあげましたが、
中には、治療をしても効果があらわれにくい方や、
良くなるまでに長い時間がかかる方もいらっしゃいます。

それは、たとえば次のような方です。

歯だけの治療で治らない方

※こういう方には整体治療が必要です。
でも、整体とかみ合わせ治療の両方を行っても、
すぐにまた体がズレてしまう方もいます。
こういう方は、特に時間がかかります。

治療歴が長い方

アゴの位置がなかなか定まりにくい方

歯並びが極端に悪い方

精神的に病んでいる方・不安定な方

：
：

以上のような方や、かみ合わせが全体的に低い方に対しては、

「マウスピース」を用いた治療をさせていただきます。

夜、寝るときはもちろん、食事中以外はできるだけいつも
「マウスピース」を付けておくようご指導します。

すると普通は3～4回の装着で改善が見られます。
もちろん、最終的にはマウスピースをはずしても生活できるようにしていきます。

マウスピース治療が終わる時、マウスピースをはずすと、上下の歯にスキマができます。

このスキマを埋めるように歯に「かぶせ」を入れて、最終的に治療終了となります。

ですから、治療のために1年～1年半の期間が必要になります。

おわりに

歯とは、非常に繊細なものです。
ですから、ほんのわずかな治療で劇的に変化することがよくあります。

少し歯を治療しただけで、アゴの症状がよくなるばかりではなく、全身の痛みが軽くなることだってあるのです。

あなたのまわりで、頭痛や肩こり、腰痛、疲れ目、アレルギー、めまいなどで困っている方がいらっしゃったら、ぜひ、教えてさしあげて下さい。

「その原因は、もしかしたら「歯」にあるかもしれませんよ」、と。

かみ合わせのバランスというのは、非常に繊細なもので
髪の毛1本ぶん、高かったり、低かったりするだけでも
バランスをくずし、

全身のあちこちに　症状としてあらわれてきます。

0．1ミリでも不必要なところをけずってしまうと、
それだけで体は、知らぬ間にストレスを感じてしまうのです。

ですから当院では、「O-リングテスト」を使って、
あなたの体にとって最も良い状態となるよう、治療しているのです。

お口の中の健康は、全身の健康につながります。

逆に、歯や歯ぐきを大事にしないと、
全身病としてあらわれてきます。

見た目にも老けてきますし、
肩こり、腰痛、頭痛、アレルギーなどの
不定愁訴としてもあらわれます。

まさに**「歯は命」**なのです。日頃から大切にしましょう！

最後までお読み下さいまして、ありがとうございました。
それではまた、診療室でお目にかかりましょう！

医療法人　西村歯科　理事長　西村　育郎

著者プロフィール

●西村　育郎（にしむら　いくお）

●生年月日　昭和２７年８月１４日

●群馬大学工学部化学工学科卒

●愛知学院大学歯学部卒

●平成７年　西村歯科開業

● 所属学会　国際歯周病内科学研究会会員・噛み合わせと全身との関連を考える会会員
青龍整体法会員・床矯正研究会会員・No.1 Dentist Club Japan, Golden Fellowship

西村歯科こだわり

歯から体全体をなおす治療
いつも笑顔の優しいスタッフ

顕微鏡を使っての歯周病治療

●住所　大阪府堺市中区福田○○○－１
●電話　（０７２）２３９－１５１８
● ホームページ　http://www.nishimura-shika.com
● メールアドレス　web@nishimura-shika.com

平成１８年９月１日初版発行・定価３００円（消費税込み）

Copy Right（C）2006 By Ikuo Nishimura All Right Reserved