かむかむ

とうせい歯科医院
〒399－4117　駒ヶ根市赤穂小町屋10737－1
TEL. 0265－83－0888
E-mail thousei@avis.ne.jp　http://www.mcci.or.jp/www/thousei/

2011/11/16 Vol.131　編集(金田)

拡大床装置とは？

以前、かむかむ１２６号『歯列不正と咬合誘導治療』の回で、現代の子供は昔と比べて顎が小さく、歯列不正の子供が少なくない事についてお話をしましたが、今回は小さな顎を大きく広げる矯正の装置についてお話していきたいと思います。

顎を広げる装置は固定式の物から、取り外し式で就寝中に使うものまで、いろんな形と機能があります。そのほとんどが症例ごとに選択され制作される、世界にひとつのオーダーメイドの装置になります。

その数ある装置の中でも、当院で多く取り組んでいる装置に**『拡大床装置（かくだいしょうそうち）』**というものがあります。形は入れ歯に少し似ています。入れ歯には人工の歯がついていますが、この装置には人工の歯はついていません。上顎にぴったりはまる形で作られています。装置自体の色は透明なので、装置をお口の中に入れていても目立つことはありません。上顎にぴったりとはまっている部分を床（しょう）と言いますが、その床の真ん中にネジが埋め込んであります。そのネジを毎日少しずつ回すことによって床が開き、痛みなく上顎をじわじわと拡大することができるのです。このネジを回す行為は装置を入れている本人にはできないので、保護者の方の協力が必要になります。装置をお口の中に入れた状態で小さなネジを回してもらうので、初めは複雑な作業に戸惑うかと思いますが、ネジを広げる操作の仕方をきちんとご指導致しますし、どうしても回す事ができなければ、当院に来て頂ければ代わりに回すこともできます。

この拡大床装置は取り外しが可能になっていますが、短期間で顎を広げることを目的としていますので、お食事中も就寝中も、常にお口に入れてもらう様になります。入れ始めはしゃべりにくかったり違和感を感じることもあるかと思いますが、子供は大人と比べて装置に対する順応が比較的早く、慣れてしまえば普段と変わりなく過ごすことができます。装置を入れたままの歯磨きは不十分になりがちなので、装置の経過を見せに来院した際には一旦装置を外し、お口の隅々までお掃除させて頂きます。

拡大床装置も含め、「子供の矯正」には、大きなメリットがあります。大人の骨格へと成長する前に不正咬合の軌道修正をしておくことで、問題の拡大を防ぐことができる為、大人になってから矯正治療を開始するよりも治療の負担が小さいのです。こうした軌道修正は成長過程にある子供にしかできません。大人になれば、顎の骨や歯を支えている骨（歯槽骨）の大きさ・形は決定してしまい、外科手術を併用しなければ大きく変えることはできないのです。でも子供の場合、適切に対応し健全な成長を促すと、大きさも形も、よりバランスよく成長発育してくれます。つまり、噛み合わせや歯並びの問題を、その土台から根本的に改善することができるのです。咬合誘導とは、子供が本来持っている健全に成長しようとする力を引き出して行う治療なのです。　（金田）

風邪に負けない身体づくり…

寒暖の差がはげしい季節になってきましたね。
風邪をひく人も増えていますので、みなさんも気をつけて下さい。

風邪ってどんな時にひくの？

原因

- 運動不足
- 食事の不摂生
- 睡眠不足
- 人からもらう
- ストレス
- 手洗い…うがいをしない
- 汗をかいた後、着替えず身体を冷やした。

etc…

風邪をひくとどうなるの？

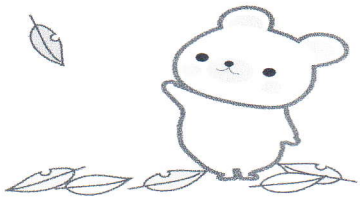
症状

- 発熱
- 頭痛
- 鼻水
- 関節の痛み
- のどの痛み
- 嘔吐感
- セキ

etc…

人によって症状も様々です。

風邪の症状が長引くと気管支炎や肺炎といった重い病気になる可能性があるようです。
「風邪かな」と思ったら早めの対応を心掛けて下さいね!!

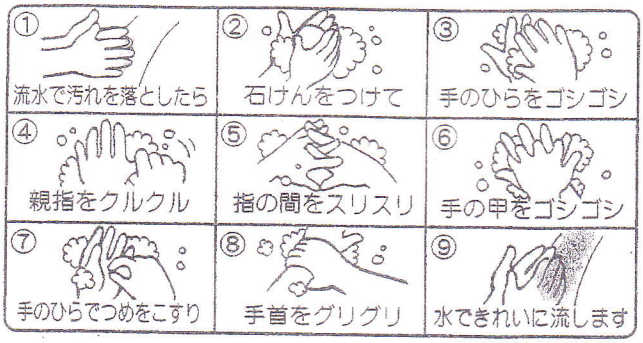


風邪の予防は…

- 外から帰ったら **うがい、手洗い**
- 汗をかいたら **着替える**
- **バランスの良い食事** を摂る
- 適度な運動をする
- しっかり睡眠する
- 体を冷やさない

最近はおしゃれな
腹巻き
レッグウォーマー
ネックウォーマー
などありますね

正しい手洗いを身につけよう！



最後は清潔なハンカチでキレイにふきましょう!!

体ぽかぽかメニュー

鶏つくねのリゾット

作り方

① 白菜（4枚）、トマト（1個）はざく切り、にんにくは（1片）半分に切って包丁で少し押しつぶす
② 鶏ひき肉（120g）は、塩、こしょうで、ざっくり混ぜる。
③ 鍋に水（700cc）、コンソメ（2個）を入れて沸騰させ、丸めた②、ウィンナー（6本）、白菜、酒（大さじ1）みりん、しょうゆ（各 大さじ2）を加えて弱火で3分。
④ ごはん（茶碗2杯）、トマトを加え、塩、こしょうで味をととのえる。

※ミックスチーズをプラスしたり、マスタード、しょうが等お好みで。

これから冬本番！インフルエンザにも気をつけて、日頃からしっかり予防していきましょう

（戸枝・松本）