

顎関節症

最近、「顎が鳴る」「口が大きく開かない」「顎が痛む」…という症状はありませんか？これは顎関節症の三大症状です。

自然に治る軽症のものから、仕事はおろか日常生活さえままならない深刻な症状に苦しめられる重症の患者さんいらっしゃいます。みなさんは大丈夫ですか？

考えられる原因

人間にはいろいろな状態や環境に慣れる(順応する)能力があります。その許容範囲を超えてしまうと、故障を訴えます。顎関節症も悪い生活環境が積み重なって許容範囲を超えてしまい自覚症状が出ると考えられます。

歯ならび

噛み合わせが悪いと顎への負担が大きくなります

生活習慣

片側ばかりかみしていませんか？
硬いものをムリして食べていませんか？

ストレス

無意識で食いしばりや歯ぎしりをしていませんか？
顎の筋肉が緊張状態になっています。

頸椎の異常

姿勢等も影響します



歯科医院で治療できます!!

*保険診療

★スプリント療法

マウスピースのようなものです。これと歯に装着して顎の関節や筋肉への負担を軽くして歯ぎしりや食いしばりの害を緩和します。

★生活習慣の改善

- 顎で雑音させて遊ばない
- 必要以上に顎を前に出したり、口を大きく開けない
- 硬いものをムリして食べない
- 歯ぎしりや食いしばりに注意する
- 頬杖をつくなどの習癖を止める

食事をする時は、
奥歯でゆっくり噛み
片側だけで噛む事は
避けましょう◎

