

頭痛、肩凝り、めまい、しびれ…

歯のかみ合わせ

全身への影響を探る

歯のかみ合わせ（咬合）が、頭痛、肩凝り、めまい、しびれなどの原因になる。頭痛、肩凝り、めまい、しびれ…。病院めぐりをしても原因が分からぬ。こんな症状の中に歯のかみ合わせの狂いを治すと改善する例が潜んでいる。歯は体の一部が死角になってしまった。歯の治療も変革期に。

（生活部・堀野忠）

わずかな狂いで症状

すべて歯が原因なのではないが
治療のミスは体調まで悪くする

「人にはそれぞれ固有のかみ合わせがあって、そのわずかな狂いで下あごがずれ、首、肩、胸などを通じ、一見無関係に思える全身症状が現れる」と話すのは東京都中野区で「林歯科」を開業する林晋哉院長。

かみ合わせの狂いから、あごの関節が痛くなり、口が開かなくなったりする「顎（がく）関節症」は以前から知られているが、院長らは症状は口、あごの周辺にとどまらず全身に影響が及ぶ点をとらえ「顎偏位症（がくへんいせい）」と呼ぶ。

かみ合わせの怖さを三十年も前から訴えてきたのは歯科技工士の市波治人さん（福井県鯖江市）で、その「門下生」ら全国の歯科医、歯科技工士ら約百二十人が「国際医療道協会」を組織、かみ合わせを重視した歯科治療を実践。林院長

林院長の患者の一人、東京在住の会社社長のAさん（50）はむし歯治療で最高級の素材で十数本の歯を入れたところ体調が悪くなり、病院を何軒も回って診断されたのが自律神経失調症。肩凝りに不整脈。息苦しさはひどくなるばかりで酸素吸入器まで携帯するようになった。そこで歯のかみ合わせの調整を続けると、体調が良くなるほどよくなった、という。

はその一人で、歯科医のために講師を招いて一般医療の勉強会も開いている。林院長は「顎偏位症」が影響する症状として頭痛、肩凝り、腰痛、目まい、耳鳴り、疲れやすい、手足のしびれ、冷え症、不眠症、不整脈、目の疲れ、高血圧、低血圧、婦人科系統の病気……などを挙げるが、「これらがすべて歯のかみ合わせの狂いで起るのではない」と話す。

では咬合が狂う原因は？ 林院長はその人の固有の歯のかみ合わせを考慮しない歯の治療を挙げる。一度に何本もの歯を削って詰め物を入れたり、合わない入れ歯や、さまざまな歯列矯正を指摘する。

B子さんの話では、言語が相手に分かりやすくなったり、姿勢がよくなり、頭痛や肩凝りもなくなった。血行がよくなったため、カサカサの皮膚がスベスベに。「かみ合わせが悪いとあごがずれ、重心が移動し姿勢が悪くなる。すると無理に姿勢を保とうとするから筋肉がいつも緊張した状態が続く。筋肉には血管、神経が貫いているので全身症状が出てくる」と林院長。

大木教授は、かみ合わせが狂う原因の一つに「歯の治療」を挙げる。歯のかみ合わせを十分考慮しないで、ブリッジ、歯の詰め物、かぶせ物を入れたり、入れ歯が合わなかったりすると、かみ合わせの高さが変化し、狂いが生じることがありえる——としている。

日本の学界を網羅する代表的機関の「日本学術会議」でも「咬合問題の異常が体の健康に及ぼす影響は予想以上に大きく大きい」とみてテーマに取り上げている。各大学での研究は盛んになってきており、そのベールは次第にはがれつつある。

日本大学歯学部の大木一三教授（日大歯科病院長）のグループは健康人を一時的に歯のかみ合わせを狂わせることで重心が移動したり、平衡感覚や聴覚に影響することを実験で明らかにし、発表している。またあごがずれ「顎（がく）関節症」の患者は、健康な人より科医も体を、視野に入れたりも体の重心の揺れが大きく、診察、治療が求められていることも証明、肩凝り、めまい、耳鳴りなどが起きる（おわり）

歯のかみ合わせ

全身への影響を探る

▷ 3

咬合(こうごう)の問題、歯ぎしりを二度以上指摘つまりは歯のかみ合わせとされた人は平均約四十分間全身への影響を二十数年前も歯ぎしりをしていた。歯から研究してきた日本歯科大の小林義典教授は「歯ぎしり」(ブラキシズム)に注目する。



小林義典・日
本歯科大教授

人は四六時中、歯をかみ合わせているわけではなく、食べ物をかんだり、つばを飲み込むときにかみ合わせるだけで、その時間は意外にも一日十分から十五分程度にすぎない。そこで歯ぎしりが浮上して来る。

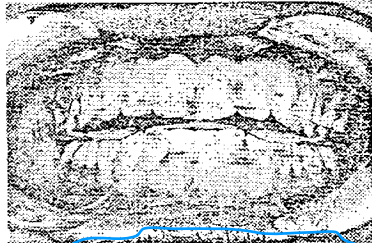
小林教授は協力者に夜寝ている間、小型の無線装置を付けてもらい、脳、心臓、眼球、呼吸、かむ筋肉の動き、歯の擦れ合ひ音などを終夜記録する実験を行った。この結果、正常人でも一晩で約十五分間は歯ぎしりしている。歯ぎしりを自覚している人や他人か

持続的歯ぎしり誘発

自律神経系の機能に変化が起き
睡眠障害、情動ストレス生じる

数倍にも達する。歯ぎしりが起きると、体にどんな影響が出たか。必ずといってよいほど呼吸と心拍の乱れが出て、ポックリ病といわれる突然死の有力な原因の一つにも挙げら

上下の歯を接触させないで歯ぎしりを防ぐ口内装置



れている「睡眠時無呼吸」も頻発した。この睡眠時無呼吸の起きる頻度は歯ぎしり癖のある人の方が明らかに多かった。

「持続時間とその力から考えると歯ぎしりは自律神経障害、情動ストレスを生じさせるなど体の機能に破壊的な影響を及ぼしていると考えられる」と小林教授。では歯ぎしりはなぜ起きるのか。感情・情緒因子

と咬合問題(歯のかみ合わせの狂い)説に二分され、論議されている。

米国の学者の研究では就職の面接、学校の試験、子供の病氣、離婚の決心……と感情や情緒に大きな変化があったときに歯ぎしりが起き、両者の密接な関係が確認されている。

ところが小林教授は「感情や情緒的な問題で誘発された歯ぎしりには持続性がなく、長くて一日程度の一過性だと分かっており、体に破壊的な影響を及ぼすことは少ない」とみる。

小林教授は「えりす」の

二十代のかみ合わせの正常な七人に、診察でも見逃すほどの0.1mmの厚さの詰め物を下の奥歯に入れ、人工的にかみ合わせの狂いを生じさせ、例の無線装置で追跡した。すると一過性ではない持続的な歯ぎしりが起きたのである。

自律神経系の機能にも変化も起き、睡眠障害、情動ストレスも生じた。詰め物を外すと約一週間後には正常レベルに回復した。

今度逆にならば、かみ合わせにわずかな狂いがあり、歯ぎしり癖もある七人に歯が接触しないスプリントという歯ぎしり防止装置を二週間、替けてもらった。

歯ぎしりは明らかに減り、睡眠障害、睡眠時無呼吸の頻度も減り、自律神経系の機能も正常レベルに回復した。

