

哲風会通信

2025. 3月 VOL 158

今年も早いもので3月になりました。2月は雪が積もったり溶けたりしていましたが、こうなると春の訪れもあと少しですね。3月は出会いと別れの季節。新しいことが始まる人も多いと思いますが、何事も楽しんで頑張りましょう！



骨隆起ってなに？

歯ぐきや顎にデコボコした膨らみができることがあります。悪性の腫瘍じゃないだろうか…心配になりますね。この膨らみは骨隆起といいます。基本的に体に悪いものではありませんので、特に問題がなければ放っておいて大丈夫です。原因は、遺伝や環境などがありますが、その一つが顎の骨に過剰な力がかかることです。物を噛んだり、歯ぎしりしたり、歯を食いしばったりすることで、骨は抵抗して厚くなろうとします。そのため骨が増殖して、突出するのです。骨隆起は治療を必要としませんが、場合によっては外科手術で切除することになります。手術は負担が大きいので、顎の骨に余計な負担がかからないようにする治療法や予防法をすすめます。



《骨隆起の予防・マウスピースの使用》



骨隆起が大きくなる原因は、歯ぎしりや食いしばりで歯を支えている骨に強い負担がかかっていることです。なので、力をコントロールして負担を軽減させることが骨隆起の予防につながります。歯科医院では歯ぎしり対策のマウスピースを作ることによって負担を軽減させます。歯ぎしりは眠っている間に無意識に行うことですから、なかなか自分では注意することができません。寝る前にマウスピースをつけてから就寝してもらうことで、寝ている間の無意識の歯ぎしりや食いしばりの力が緩和できます。マウスピースの作成も保険治療で行うことができます。また、ストレスや疲れも原因になるので、生活習慣を見直したり適度にリフレッシュするのもいいかもしれません。合わせて顎の筋肉をほぐしてあげるといいでしょう。お顔のマッサージをするのも効果的です。



今月の担当、むさしデンタルオフィスの菅原です。

先日、北海道に遊びに行ってきました。中学校の修学旅行で行ったのですが、そのころの記憶ほとんどなく、すべてが新鮮でとても楽しめました。有名な観光地、温泉にも行くことができましたが、まだまだ見るところがありすぎて今回だけでは足りないです。次はあったかい時期に行こうと思います。



医療法人 哲風会
むさしデンタルオフィス

〒010 - 0912
秋田市保戸野通町4 - 8
TEL:018-853-8214
フリーアクセス:0800-800-8461

医療法人 哲風会
ちづ歯科クリニック

〒018 - 1605
南秋田郡八郎潟町川崎字昼寝
233 - 1
TEL:018-875-2801