

本康歯科ニュース



「世界中のどの歯医者に行くよりも、この歯医者に来て良かった！！」と思ってもらえる歯科医院をめざして！！

反対咬合は幼児（3歳）から治療を

反対咬合は放置していると、下あごの骨が異常に発達することもある。反対咬合は、早い子で3～4歳で現れる。原因には遺伝のほか、舌などの口腔機能の発達などがある。最も多いのが、舌が正常な位置よりも下がっている状態にあること。通常、舌の先は上の前歯の少し後ろにあたっている。ところが舌の筋肉が弱かったり、舌の下にある膜状のひだ（舌小帯）が短かったりすると舌を上げられない。その結果、下がったままの舌が下あごの歯を押すことになり、下あごの成長を促したりする。また、上唇の力が強くて上の前歯を押すことで、前歯が内側に倒れてしまうことも。上あごは10歳ごろまでで成長が終わるのに対し、下あごは身長の伸びとともに成長し、男子は18歳ごろまで続くといわれる。反対咬合は見た目にコンプレックスを感じることもあるが、食べにくさが問題になることも。上下の歯がかみ合っていないので、食べ物を細かくかみ砕くことが難しくなり、消化が悪くなる。また、舌の筋肉が弱い場合、かみ砕かれた食べ物を舌の上でまとめて飲み込む力も弱くなり、食事に時間がかかる。従来、幼児に負担が少ない治療法はなかった。自然治癒する確率が比較的高いとされ、治療せずに経過観察することが多かった。ただ、30年ほど前に9割が自然治癒しないという調査結果も明らかになり、徐々に早期治療の重要性が認められるようになってきた。

取り外しができるマウスピース型の矯正装置が登場。装置の真ん中に舌をのせる部分があり、口に装着すると舌が上へ持ち上がり、上あごを前方に押す。3、4歳ごろから使用でき、装着の時間が長いほど効果が高い。症状や状態、親や子どもの意思をよく見極めて使うと多くに改善の傾向が見られる。治療期間やクリニックにより総額は前後するという。上あごの発達段階である10歳までなら、口の外にフェースマスク型の装置をつけて、上あごを前方に引き出す治療法もある。こうした矯正治療で改善が見込めない場合は、外科手術となる。下あごの骨を切って後方に移動させる方法や、上あごを前方に引き出す方法がある。いずれも身長の伸びが止まってからとなり保険は適用される。矯正治療は子どもによっては、3～18歳と非常に長く続くことになる。矯正治療は一番本人が大変ですが、家族の協力が不可欠です。

甘さ控えめ

ヘルシー

おやつ

レシピ



豆腐入りわらび餅

栄養価(1人分)

■エネルギー…110kcal ■塩分…0.0g ■たんぱく質…5.5g

《材料(2人分)》

豆腐	150g
片栗粉	大さじ2
砂糖	大さじ1/2
a {	
きな粉	大さじ1
砂糖	大さじ1/2

《作り方》

- 1 耐熱ボウルに豆腐を入れ、ペースト状になるまでよく混ぜる。
- 2 1に片栗粉と砂糖を入れて混ぜ、ラップをせずに電子レンジ(600w)で1分加熱し、取り出してかき混ぜる。さらに電子レンジで1分加熱し、表面を平らにして粗熱をとってから冷蔵庫で冷やす。
- 3 2を切り分けてaを混ぜたものをまぶし、器に盛る。

ワンポイント



大豆が原料の豆腐ときな粉を使った、たんぱく質がしっかりと補給できるおやつです。ひんやりしていて喉ごしもよいので、夏バテ気味で食欲がないときの栄養補給にもおすすめです。