



山本歯科医院通信～「おだいじに」～

別冊号 7 2024.08 初版

# お子様の歯並びが気になる保護者様へ 「予防的歯並び治療」について

3～4才からでも始められる方法があります



〒492-8143 愛知県稲沢市駅前三丁目 6-26

<http://yamamoto-dc.racoo.co.jp/>

電話 0587-33-0570

山本歯科医院 院長: 山本良実

## ◎はじめに

歯並びは悪くなっていく前に予防できる可能性があります。

「**予防的歯並び治療**」では、早い段階から簡単な装置とトレーニングを併用することにより、正しいお顔の育成ときれいな歯並び、生涯にわたる健康な体の獲得をめざします。

- ①正しい機能(正しい呼吸法、舌の使い方、飲み込み方など)を習得します
- ②お口周りの理想的な筋肉バランスを獲得します
- ③歯並びに悪い影響をあたえる舌や唇の隠れたくせを改善します
- ④生涯健康な体でいられるための基礎をつくります

★子供の歯並びが悪いのは遺伝だからあきらめている

★指しゃぶり、爪かみや唇かみをやめられなくて歯並びが心配

★いつもお口をポカンとあいていて、出っ歯になってきている。

★お顔の鼻から下が間延びして、だらしない顔つきになってきている

★歯ぎしりがひどくて歯がすり減ってしまっている

★就寝時いびきをかいている

★かみ合わせが深くて、下の前歯が上の前歯にかくれてしまっている(対象にできないケースもあります)

★かみ合わせが逆になっており、下あごが前に出ている状態になっている

★矯正治療を受けさせようと思っているがなるべく費用を抑えたい

★大きくなるまで様子を見ましようと言われているが心配

思い当たる保護者さまは、一度当院にご相談ください

またある程度年齢が進んでしまうと、この「**予防的歯並び治療**」のシステムを使うことができなくなりますので、早めのご相談をおすすめいたします



早めに改善できて長い矯正治療  
も避けられたら嬉しい



# 目次

ページ1	はじめに
ページ2	目次
ページ3	【山本歯科医院の「予防的歯並び治療」の考え方】
ページ4	【追補】世界的にとっても有名な症例写真を提示します。
ページ5	【将来、お子様の歯並びや顔貌に悪影響を及ぼす可能性がある 口腔習癖や解剖学的な異常について】
ページ8	【山本歯科医院の予防的歯並び治療の実際】
ページ9	【費用などの説明】
ページ10	～あとがき～



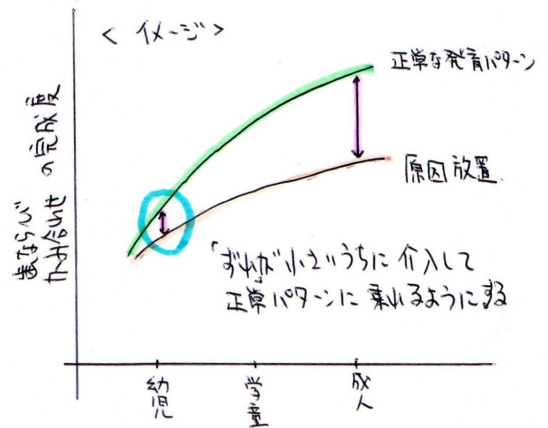
## ◎山本歯科医院の「予防的歯並び治療」の考え方

お子様の歯並び治療に対する意識を変えてみませんか？

お子様の顎・骨格・筋肉・歯の萌出などはどんどん成長して変化していきます。

例えば初期段階では「正常な発育成長のライン」からの「ずれ」がわずかでも、成長につれその理由を解消しなければ「ずれ」が徐々に大きくなってしまいます。

早くに介入し、「正常な発育成長のライン」へのずれを戻してあげることで、自然な成長でしっかりとした噛み合わせを作り、いわゆる歯列矯正治療に至らずに済んで完了できたり、永久歯の抜歯や外科矯正(手術)など大掛かりな歯列矯正治療にならないことを目標にしています。



※もちろん、すべてのお子様に対して「予防的歯並び治療」だけで終了できることはいけません。ケースによっては適切な時期に本格的な歯列矯正へ移行することもあります。

その場合はキチンと矯正専門歯科医院へご紹介させていただき、当医院も併せてフォローさせていただきますのでご安心ください。

具体的には

### ①「予防的歯並び治療」はいつ始めればいいのか？

まだ永久歯が生えていない子供でも必要であれば治療を開始します  
歯並びがどんどん悪くなる前に、出来る事からやってみる事が大切です  
特に骨格的に問題になりそうな場合は可能な限り早いことが一番です

### ②悪い歯並びの裏には機能不全や悪癖が隠れていることが多いです

機能不全→間違ったかみ方、間違った飲み込み方、鼻づまり、小帯異常など  
悪癖→口呼吸、指しゃぶり、うつぶせ寝、頬杖、舌を出す癖、唇をかむなど  
機能不全や悪癖を改善させる →結果的に歯並びにいい影響を与えます

また逆に成人になって歯列矯正だけしても、機能不全や悪癖があれば思い通りに歯が動かなかったり、矯正治療後に後戻りする傾向が強くなります

### ③悪い歯並びに対して早めに介入するのがなぜ大切なのか

→歯が並ぶ土台となる顔は、6歳頃までに約80%が完成してしまいます

その後しばらく成長は減速し、10歳頃には最後のお顔の成長スパートが始まってしまいます。ただ5～10歳でも身長は20cmぐらい伸びますので、最初の成長スパートに間に合わなかった子は、その後の時期を全力で利用することになります

→早く介入する事により、その後の矯正治療を楽にする事が期待できます。手術を伴う矯正や本格的な矯正治療を回避出来るかもしれません。

また仮に本格的な矯正治療が必要になっても、治療期間を短くして費用を抑える事が期待できます。

### ④成長期にしか出来ない、正しい顔づくりを一緒に

→見た目だけではなく、正しい機能も備わった顔面育成を同時にサポートします



## ◎【追補】世界的にとっても有名な症例写真を提示します。

**顔貌の特徴が必ずしも遺伝だけで決まるわけではありません。**

サマンサとケリーという姉妹の例を用いると、適切な「予防的歯並び治療（機能矯正）」が顔面の形成に大きな影響を与えることが分かります。特に、口呼吸の有無が顔貌に大きく関わっています。幼少のころはとてもお顔が似ていた姉妹でも成長の方向で顔面の形が変わってしまいます。

例えば、写真下のサマンサ（姉）が幼少期からポカン口で口呼吸をしていた結果、彼女の顔は長くなり、あごが後退するなどの変化が起きてしまいました。鼻の下が長く伸び、無理に口を閉じようとすると、口の下に「うめぼし」の様なしわが出来ています。

一方で、写真上のケリー（妹）が正しい鼻呼吸を身に付け口唇を閉じることを意識していたので、彼女の顔はバランスの取れた形に成長しました。このように、呼吸方法一つで顔の形成が大きく異なることもあります。

「予防的歯並び治療（機能矯正）」とは、正しい呼吸や嚥下の方法を学び、顔の筋肉や骨格を正常に発達させるためのトレーニングも含みます。早期にこれを行うことで、遺伝に左右されず、健康的で美しい顔立ちを作ることが可能になります。

保護者の皆様には、お子様の呼吸方法や正しい機能の獲得の重要性を理解し、早期に適切な対応をすることをお勧めします。

KELLY



SAMANTHA



## ◎将来、お子様の歯並びや顔貌に悪影響を及ぼす可能性がある

### 口腔習癖や解剖学的な異常について

#### ◎口腔習癖

##### ①指しゃぶり

- ・指をしゃぶることで、上の前歯が前に押し出され、出っ歯(上顎前突)になることがあります。
- ・指をしゃぶることで、前歯が噛み合わなくなり、上下の前歯の間に隙間ができる開咬の原因となります。
- ・指をしゃぶる圧力が上顎にかかり、上顎が狭くなることがあります。これにより、歯が並ぶスペースが不足し、歯並びが乱れます
- ・3歳過ぎても指しゃぶりが治らない場合はぜひ装置を入れてもよいでしょう。それまでは無理にやめさせることは難しいので優しく注意するくらいで焦らずに。



##### ②舌突き癖(舌を前に突き出す習慣)

- ・舌が前に突き出されることで、上の前歯が前に押し出され、出っ歯(上顎前突)になることがあります。
- ・舌が前に出ること、上下の前歯が噛み合わなくなり、前歯の間に隙間ができる開咬の原因となります。
- ・舌突き癖が続くと、下顎が後退したり、前に突き出たりすることがあり、顎の正常な位置関係が乱れることがあります。
- ・舌の圧力が前歯にかかることで、歯と歯の間に隙間ができることがあります。



##### ③唇を噛む癖

- ・上唇または下唇を噛むことで、前歯に持続的な圧力がかかり、前歯が前方または後方に移動することがあります。
- ・唇を噛むことで、前歯が上下に噛み合わなくなり、前歯の間に隙間ができる開咬の原因となります。
- ・唇を頻繁に噛むことで、口周りの筋肉に異常な発達が起こり、これが歯並びや顎の成長に悪影響を与えることがあります。



##### ④口呼吸

- ・口呼吸をすることで、舌が常に口の底にある状態になり、上顎にかかる圧力が不足します。これにより、上顎が狭くなり、歯が並ぶスペースが不足します。
- ・口呼吸の習慣があると、上下の前歯が噛み合わなくなり、前歯の間に隙間ができる開咬の原因となります。
- ・口呼吸により、上の前歯が前に押し出され、出っ歯(上顎前突)になることがあります。
- ・口呼吸はさまざまな病気の原因になりやすく、アレルギーを起こす原因にもなりえます。
- ・顔の成長への影響:→口呼吸が長期間続くと、顔の骨格や筋肉の発育に影響を与え、長顔症候群(顔が縦に長くなる)や顎の成長不全などが生じることがあります。
- ・口呼吸により口腔内が乾燥しやすくなり、歯茎や歯に悪影響を与えることがあります。



##### ⑤長期間の哺乳瓶やおしゃぶりの使用

## ⑥頬を噛む癖

## ⑦ポカン口

・舌の位置→通常、舌は上あごに接触しているべきですが、口が開いていると舌が下がってしまいます。これにより、上あごの発育が不十分になり、歯のアーチが狭くなる可能性があります。

・口呼吸→ポカン口は口呼吸の兆候であることが多いです。口呼吸をすると、鼻呼吸に比べて舌の位置が低くなり、上あごの発育が阻害されることがあります。

また、口内が乾燥しやすくなり、口腔内の健康にも悪影響を及ぼします。

・唇の圧力不足→唇が閉じていないため、歯列に対する唇の自然な圧力が不足します。これにより、前歯が前方に突出したり、歯列が不整になりやすくなります。



## ◎解剖学的な異常

### ①口蓋(上あご)の狭窄(狭い上あご)

・上顎が狭いと、歯が並ぶためのスペースが不足し、歯が重なり合って生えること(叢生)があります。これにより、歯列全体が乱れることがあります。

・上顎が狭いと、上下の前歯が噛み合わなくなり、前歯の間に隙間ができる開咬の原因となります。

・交叉咬合(クロスバイト)→上顎が狭い場合、上下の歯が正常に噛み合わず、上の歯が内側に入り込む交叉咬合が生じることがあります。

・上顎が狭いと、前歯が前方に突出することがあり、出っ歯(上顎前突)になる可能性があります。

・口呼吸の原因→上顎が狭いと、鼻腔のスペースも狭くなり、口呼吸の原因となることがあります。口呼吸はさらに歯並びや顎の発育に悪影響を及ぼします。

・顔の形の変形→上顎が狭いと、顔全体の形に影響を与えることがあります。特に、顔が縦に長くなることがあります(長顔症候群)。



### ②上顎前突

・上顎前突があると、上顎が前方に突出し、下顎が後退することがあります。この異常な顎の成長パターンが、将来の顎の発育に悪影響を及ぼすことがあります。

・小児期に上顎前突があると、歯が正常に並ぶためのスペースが不足し、歯が重なり合ったり、歯列が乱れることがあります。これにより、将来の歯並びが悪化する可能性があります。

・審美的な問題→上顎前突が将来も続くと、顔全体のバランスが崩れ、審美的な問題が生じることがあります。これが心理的な影響を及ぼし、自己評価や社会的な自信に影響を与える可能性があります。



### ③下顎前突

・下顎前突により、上下の歯の噛み合わせが不均衡になり、咬合の異常(例えば、交叉咬合や開咬)が生じることがあります。

・上顎の成長への影響→下顎前突があると、上顎が後方に押し込まれることがあり、上顎の正常な成長を妨げることがあります。

・口腔習癖の形成→下顎前突が続くと、悪い口腔習癖(例:口呼吸や舌突き癖)が形成されてしまうことがあります。



### ④歯の萌出異常(歯が正常に生えてこない)

### ⑤上唇小帯の付着異常

- ・上顎中切歯間に空隙ができる可能性があります。
- ・口腔習癖の促進→上唇小帯の付着異常により、口腔内で不自然な圧力がかかり、舌突き癖や口呼吸などの口腔習癖が形成されやすくなります。



### ⑥舌小帯の付着異常(舌小帯強直症)

- ・舌小帯が強直していると、舌の動きが制限され、正常な舌の位置や動きができなくなります。これにより、舌が上顎に適切に接触できず、上顎の発育や歯の配置に影響を与えることがあります。
- ・舌小帯の強直により、口呼吸が促進されることがあります。口呼吸は歯並びに悪影響を与える原因となり、特に上顎の成長や歯列に問題を引き起こすことがあります。
- ・舌小帯が短いと、発音に問題が生じやすく、発音に関する習慣や癖が形成されることがあります。
- ・舌の動きが制限されると、食物の咀嚼や飲み込みが難しくなり、口腔の機能に悪影響を与えることがあります。
- ・舌の正常な動きが制限されることで、顎の発育にも影響を与えることがあります。特に、舌の位置が顎の成長に関与するため、顎の発育に不均衡が生じることがあります。



## ◎山本歯科医院の予防的歯並び治療の実際

### ① 対象

- ・乳歯列～上下切歯(前歯)4本萌出までのお子様
- ・おおよそ3才～8才くらい
- ・現在・将来にわたり、歯並びが悪くなる可能性があるお子様
- ・悪習癖があるお子様(指しゃぶり・ポカン口・くちびる噛み・舌噛みなど)
- ・その他



### ② 検査

- ・問診、顔貌、口腔内写真、レントゲン写真【必須】
- ・スタディモデル(お子様の歯の模型)、歯型が採れるお子様に限ります
- ・ナゾメーター(鼻つまりの検査)【必須】
- ・口唇圧の検査
- ・舌小帯、上唇小帯の付着位置
- ・その他

### ③ 診断

- ・上顎前突
- ・下顎前突
- ・開咬
- ・臼歯(奥歯)の反対咬合
- ・軽度の叢生(乱杭歯)
- ・その他



### ④ 治療

- ・各種診断をもとにそれぞれに適した治療装置を装着します
- ・装置の取り扱いや、1日の装着時間(例:昼は1時間+夜間はずっと)など指導します
- ・トレーニング
- ・生活や食事の指導

### ⑤ 経過観察

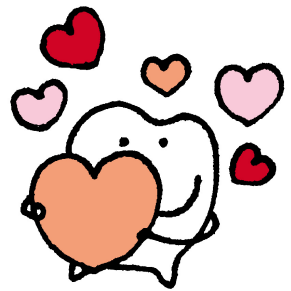
- ・基本は毎月1回の経過観察を要します。
- ・場合によっては歯科医師の指示のもと早めの受診をお願いすることも
- ・1～2年くらいの経過観察は要する可能性があります

### ⑥ 終了

- ・このまま歯並び、かみ合わせなどが正常な発育とともに整っていくことが予想される場合
- ・「予防的歯並び治療」を行なったが、それだけでは改善が見込めなかった場合→矯正歯科依頼

## ◎費用などの説明

- A. 検査・診断・装置説明・指導 **50,000 円(税別)初回のみ**  
(一度完了・患者様都合で中断などで終了し期間が空いた場合で、再度診断から始めた時は同額再請求させていただきます)
- B. 「歯並び治療中」の定期的な受診(装置調整・経過観察・生活指導・追加検査など) **2,000 円(税別)/1ヶ月毎**  
都度(1か月に複数回受診されても請求はありません)
- C. 必要な装置購入費(その都度)
- ・それぞれ使用する必要な装置によって価格は異なります **(数千元～一万円前後)**。
  - ・定価実費(メーカー希望小売価格)でお渡しします。
  - ・装置破損した場合追加購入も定価実費でお求めいただきます(装置は破損しやすいものです。消耗品として考えています)。
  - ・歯並び治療中、お口の状態が変化したり、装置の劣化が認められた場合には、歯科医師の指示により装置の変更、追加購入をお願いすることがあります。



## ◎あしがき

山本歯科医院で推奨する「予防的歯並び治療」は、そのお子様自身が本来すべき成長を促進し(またはするべきであった成長を取り戻し)、正しい骨格の形成から正しい歯列の配置を促す治療法です。

(一般的に我々はこの方法を「機能矯正」と呼んでおりますが、お伝えしづらいので名称を「予防的歯並び治療」と名付けております。)

将来的な歯並びに悪影響が予想された場合、本格的な歯列矯正に先立ち、一般歯科でできる「予防的歯並び治療(機能矯正)」は、まさに「優しさ」で包まれた治療法です。期間も短く、痛みも少なく、費用も控えめで、お子様にとって安心して受けられる治療です。

一般歯科での「予防的歯並び治療」は、将来的な本格的な矯正治療をよりスムーズに進めるための大切なステップです。

当院では、お子様一人ひとりに最適な治療プランを提案いたします。早期の治療は、健康な歯並びを保つために非常に重要なケースも多いです。お子様の成長期に合わせて、痛みの少ない優しい方法で治療を進めることで、笑顔あふれる未来をサポートします。

このパンフレットが、保護者の皆様にとってお子様の歯の健康を考える一助となれば幸いです。お子様の健やかな成長のために、私たちと一緒に予防的なケアを始めましょう。

