



歯ぎしりが引き起こすトラブル

他人に指摘されなければ気づかないことの多い歯ぎしり。しかし、この歯ぎしりは、歯を磨耗させる、歯周病の進行を進めるなど、さまざまな歯のトラブルを引き起こす原因にもなります。今回は歯ぎしりについてお話ししましょう。

＜歯ぎしりはなぜ起こるか＞

歯ぎしりという、夜中にギリギリ音を立てるいわゆる歯ぎしりが一般的に知られていますが、実は、ギリギリと歯と歯をすり合わせるタイプ、顎の水平的な動きがなく、非常に強い力で歯を食いしばるタイプ、カチカチと歯をかみ合わせるタイプの3つに分類することができます。と言っても、実際はこれらが混合している場合がほとんどで、これらをまとめて、歯科医学用語では、**ブラキシズム**と総称しています。しかし、**ブラキシズム**は、人に指摘されなければ気づくことが難しく、多くの場合、本人は知らないようです。

ブラキシズムには、ストレスや過労が原因になる場合と、噛み合わせなどに問題があるために、顎の筋肉が緊張して引き起こされる場合とがあります。



ブラキシズムの特徴は、大半が眠っている時に起こるという点ですが、実はこれが大きな問題になっています。起きている時は、過大な力が歯にかかると、神経の反射機構がこれを感知し、反射的に力を緩めるようになっています。ところが、眠っている時は、この機構がうまく働かず、睡眠中に歯にかかる力は、起きている時に比べて非常に大きなものになってしまいます。

また、起きている時に、歯と歯が接触している時間は、数分から数十分だと言われているのですが、**ブラキシズム**のある人では、夜の間に、この数倍以上の時間、歯に力をかけていることとなります。このために、**ブラキシズム**は、口の中に起きる、さまざまなトラブルに関係してくることになるのです。

＜歯ぎしりが引き起こすトラブル＞

ブラキシズムは、口の中のさまざまなトラブルの原因になります。まず、歯自体の問題として、異常な摩耗が認められることがあります。歯の表面のエナメル質が削り取られてしまい、冷たいものがしみたり、歯と歯茎の境目付近の結晶構造が破壊されて、歯磨きの際、過敏に反応したりすることがあります。

次に、歯周病との関連が大きな問題としてあげられます。歯周病は基本的に細菌による感染症ですが、これを進行させる因子として、歯にかかる力が大きく関わっています。植木鉢に植えてある植木を毎日揺さぶっているようなもので、骨の吸収や歯茎の退縮をさらに進行させてしまうのです。

また、セラミックでかぶせた歯や差し歯などがたびたび壊れたりする場合も、実は**ブラキシズム**のせいであることも多いのです。特に差し歯の場合は、歯根が破折してしまうこともあり、要注意です。普段、部分入れ歯を装着している人は、はずしている夜の間に残っている歯に、過大な力がかかれば、破壊が進み、総入れ歯への道をまっしぐらということにもなりかねません。

このように**ブラキシズム**が引き起こすと考えられるトラブルはたくさんあります。しかし、現在のところその原因がはっきりしないことが多く、ほとんどの場合、対症療法が採られているというのが実情です。これと言った治療法がないため、患者さん一人一人について情報を集め、対処していく必要があります、医師と患者さんとのコミュニケーションがとても大切になります。

ブラキシズムの症状がある方、気になる方はかかりつけの歯科医院でご相談下さい。



社団法人
柏歯科医師会

Http://www.kamukamu.or.jp

Email:kda@cc.rim.or.jp

