

あさか訪問通信

歯を失ったまま
放置したらどうなるの？

R7.9月号



虫歯や歯周病で失ってしまった歯を、そのままにしていませんか？歯には1本1本役割があり、**全て揃っていることでバランスを保っています**。そのため、1本でも無くなったままにしておくと、お口の中や体全体に様々な影響を及ぼします。

1 隣の歯が傾く・反対の歯が伸びる

歯を失うと、周りの歯が失ってしまった部分を補おうとして**動いてきます**。すると噛み合わせのバランスが崩れ、「**顎関節症**」や「**肩こり**」などを引き起こす原因となります。また、残っている歯にも負担がかかるため、**次々と歯を失っていくことにも繋がります**。



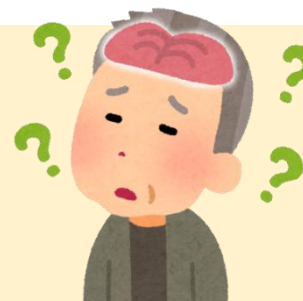
2 低栄養になる

歯を失うと「**食べ物を噛む力**」が低下し、噛みやすく軟らかい炭水化物（麺など）を好んで食べるようになりがちです。すると食事が偏り、身体を作るのに必要な「**たんぱく質**」や「**ビタミン**」などの**栄養素が不足**してきます。また、「噛みづらい」と感じると、**食欲が無くなり、食事量の低下にも繋がります**。



3 認知症の発症率が上がる

「噛む」という行為には、脳の血流量を増加し、**脳を活性化させる効果**があります。「**歯の本数が少なく、入れ歯を使わない人**」は「**歯がしっかり揃っている人**」に比べ、脳への刺激が減少し、認知症の発症率が**1.9倍**になると言われています。



4 家に閉じこもりがちになる

お口の機能は、「**コミュニケーション**」に関わる重要な役割を果たします。歯を失い、**食事や会話に支障をきたすと**、人との付き合いが億劫になります。家に閉じこもりがちになり、不活発な生活が長く続くと、体力とともに脳も衰え、**認知機能の低下・寝たきりに繋がります**。



5 転倒・骨折のリスクが上がる

しっかりとした噛み合わせは「**体幹の安定**」や「**平衡感覚の保持**」に繋がります。「**歯の本数が少なく、入れ歯を使用していない人**」は、「**歯がしっかり揃っている人**」に比べ、転倒するリスクが**2.5倍**になると言われています。最近転びやすいと感じる方は、もしかしたら「**歯が揃っていないこと**」が原因かもしれません。一度ご相談下さい。



高齢者の**生活の質向上・要介護予防**の為には、口腔ケア等で「**歯を失わないようにする**」ということも大切ですが、「**歯を失ってしまった時に適切な治療を行う**」ことで、お口の機能を回復させることも重要です！

クリニック 引っ越しました

(左) 無事に引っ越し完了しました(^^) /
(右) ユニット(歯医者椅子)が新しくなりました。
受付・待合室は吹き抜けで開放感があります。



浅賀歯科クリニック

