



Dr. 佐藤の 歯医者さんは今

Vol.41

”入れ歯ケア“ワンポイントシリーズ⑤

『総入れ歯がゆるい!!』

対処のポイントは、舌の使い方です』

前回、下顎の総入れ歯を使っている方からは、ゆるいはずれる・浮いてくる、といった訴えが少なくないと述べました。

では、下顎の総入れ歯のゆるさの問題点は、どこにあるのでしょうか。

年齢・男女差・骨量等いろいろ考えられますが、一番の敵は、下顎の総入れ歯のまん中で動き回る舌です。

逆に、舌とうまく付き合えれば、つまり舌の使い方が良ければ、下顎の総入れ歯のゆるさの訴えは激減するはずです。

そこで実験です。鏡を持つ

て、何も考えずにパッと大きく口をあけて、舌の位置を見てみましょう。

口を開けたときに舌が後退する方は、入れ歯が浮いてきます(写真1)。

反対に、開けても舌が後方へ行かない方は、舌縁(舌の左右のフチ)で入れ歯をおさえるので、入れ歯が安定しています(写真2)。

入れ歯の下の顎の骨(土手)が多く残っている方は、舌の位置には左右されにくいのですが、女性の方、高齢の方、骨粗しょう症の方などは、土手が低く小さくなって、入れ歯の維持がどうしても悪く

なりがちです。

ぜひとも、舌の使い方を工夫して、総入れ歯とうまく付き合っていたらいいと思います。



写真1: 開けたときに舌が後退すると、入れ歯が浮いてくる



写真2: 開けても舌が後方へ行かず、舌縁で入れ歯をおさえている