

入れ歯と上手なお付き合い

市国保緒川歯科診療所 飯塚 知明

失ってしまった歯の代わりとして、何らかの義歯（ブリッジ・部分入れ歯・総入れ歯）を使っている人の割合は年齢とともに高く、後期高齢者では89%に達し、そのうち3分の1強の人が総入れ歯を使用しています（図1）。

そこで今回は部分入れ歯と総入れ歯に着目し、入れ歯と上手に付き合っていくために、その仕組みやお口の変化について簡単にご紹介します。

「入れ歯」と「顎堤の形」が合わないのが痛み

入れ歯と付き合っていく上で大きな悩みとなる「痛み」。痛みの原因は、ほとんどが「入れ歯の歯（人工歯）のかみ合わせと、顎の土手（顎堤）の形が合わないこと」です。ものを食べる時、入れ歯が顎堤と接した状態にかむことになります。その時、入れ歯には顎堤を押し方向に力がかかります。かみ合わせのバランスと顎堤の形が合わないと、部分的に強い力がかかることで入れ歯が顎堤に食い込み、それが痛みとなります（図2）。その状態で使い続けると、顎堤に傷ができ、感染・化膿などで痛みが悪化していくこともあります。

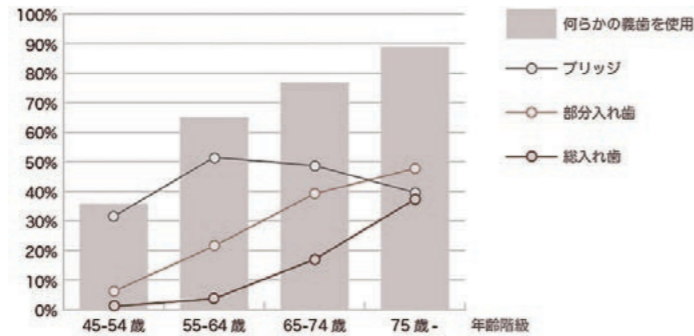
人工歯はすり減っていく。顎堤も減っていく

では、なぜ入れ歯と顎堤は合わなくなってしまうのでしょうか。

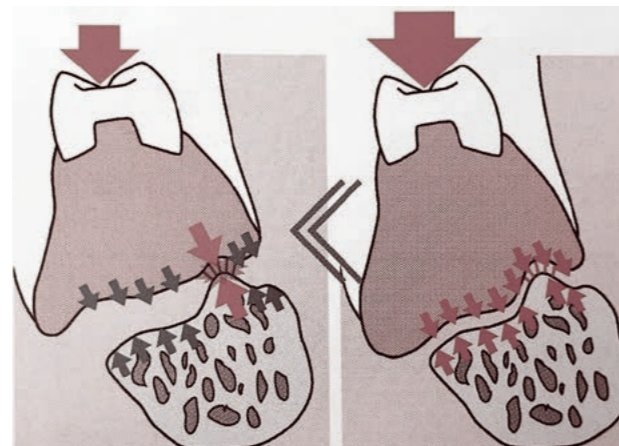
理由は大きく二つ。「人工歯のすり減り」と「顎堤の減り（顎堤吸収）」です。

人工歯は毎日使っているとすり減っていきます。すると入れ歯にかかる力のバランスが崩れたり、噛み合わせがズレて顎の動きに負担がかかるようになります。

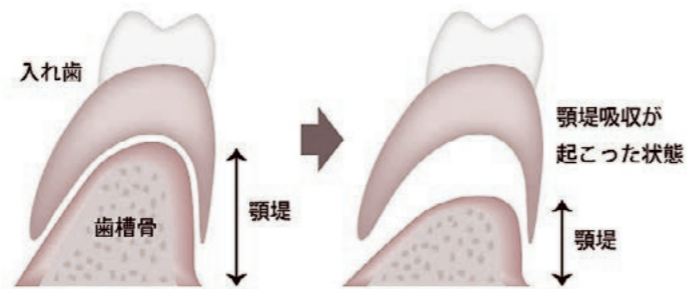
顎堤は「歯槽骨」とそれを覆う「粘膜」から成り、入れ歯の使用による刺激や加齢変化によって徐々に吸収されていきます。一方で入れ歯の形は変わりません。そのため、入れ歯と顎堤の隙間に食べ物が入ったり、入れ歯がガタつき部分的に強く当たるようになります（図3）。



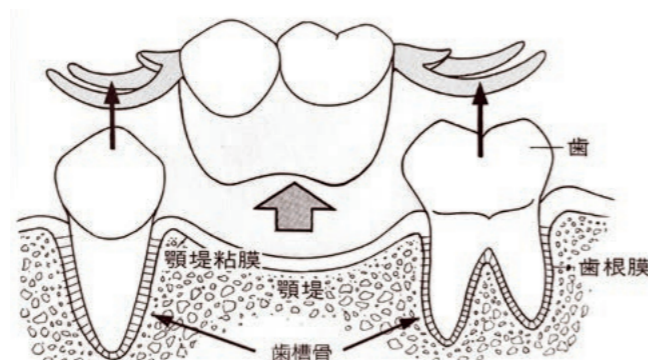
（図1）厚生労働省 e-ヘルスネットより引用



（図2）松風：カラーアトラス「時代はリムーバブル」より引用



（図3）



（図4）クインテッセンス「現代のパーシャルデンチャー」より引用

総入れ歯、部分入れ歯ともにバランスが大事。歯科医院でのチェックを！

総入れ歯では、人工歯と顎堤にかかる力のバランスを調整していくことで痛みを軽減させ、入れ歯の動きを安定させます。入れ歯と顎堤の間に生じる隙間は入れ歯の粘膜側を材料で加工などして対応していきます。

部分入れ歯の場合は上記に加えて、残っているご自分の歯（残存歯）とのバランスとケアが重要です。部分入れ歯は残存歯にバネをかけて使用するため、バネが緩んでいると入れ歯の安定が悪くなり、痛みにつながります。バネがかかる歯（鉤歯）はそれ自体にかかる力と、入れ歯にかかる力の両方を支えるため大きな負担がかかります。加えて、バネなどがかかることで汚れもつきやすくなるので、バネや入れ歯と接する面は特に丁寧な歯磨きが必要です（図4）。

さらに部分入れ歯では、「顎堤吸収」や「人工歯のすり減り」によって入れ歯がかみ合わなくなり、残存歯や鉤歯に負担が集中します。すると残存歯の歯槽骨の吸収や歯周病の進行を招き、抜歯に至ることもあります。

顎堤吸収を抑えるため、また残存歯を保護するためにも、お口全体のバランスを歯科医院で定期的にチェックしてもらいましょう。

顎堤吸収が進むと入れ歯の安定が困難に

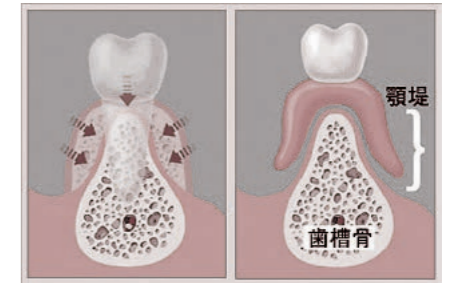
何らかの原因で顎堤が大きく吸収された場合、かみ合わせ、筋肉や舌の動きなどで入れ歯が顎堤の上を滑るように動いてしまうため、入れ歯を安定させることが困難になります。その場合、補助的ではありますが、「入れ歯安定剤」を使用することも一つの方法です（図5）。

しかし、顎堤がしっかりしているのに安定剤を厚く塗りすぎたり、分量を間違えて使用すると顎堤吸収を悪化させることになるため注意が必要です¹⁾。加えて、入れ歯安定剤は種類も多く材質も多岐にわたるため、ご使用になる前に歯科医院にご相談ください。

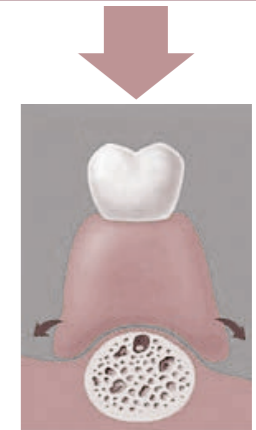
入れ歯は大事な道具！お手入れが必須

入れ歯は、靴やメガネと同じ「道具」です。新しいものは使い慣れるまで時間もかかりますし、調整や修理、ときには交換が必要になります。

歯科医院では型に合わせた入れ歯を作ります。しかし、使えるかどうかは患者さんご本人の「慣れ」や「感覚」がとても大きく影響します。



顎堤吸収が進むと・・・



（図5）さぶり歯科 HP より引用

「大きく感じて気持ち悪いから・・・」と最初のうちに入れ歯を削って必要以上に小さくしてしまうと、手の平を「指で押す」と「拳で押す」感覚の違いのように、狭い面積にかかる負担が大きくなるため、かんだ時に痛みが出やすくなる傾向があります²⁾。そのため、入れ歯の適切な大きさやかみ合わせは、「慣れ」や「感覚」を考慮しながら細かく調整していく必要があります。

入れ歯は完全オーダーメイド。患者さん一人一人のお口の状態に密接に関係しています。入れ歯の形や材質だけでなく、使い方もそれぞれ異なります。どの使い方が一番正解なのか、それはご本人しかわかりません。健康で長生きするために、入れ歯を使ってしっかり美味しく食べる。皆さんそれぞれの入れ歯との上手な付き合い方を、信頼できる歯医者さんと二人三脚で探していきましょう。

参考文献

- 1) 日本歯科医師会雑誌 Vol61 No.3 2008「義歯安定剤の現状と問題点」
- 2) 日本補綴歯科学会雑誌 23巻3号 1979「総義歯の床面積が咬合力の発現に及ぼす影響に関する実験的研究」

■問い合わせ■

国保緒川歯科診療所 ☎56-5118

ホームページアドレス <http://www.ogawa-dental.info/>