

教えて！ 知って得する歯の健康マメ知識⑳

今回は、顎関節症の原因、治療法について、歯科医師に聞いてみました。

Q：顎関節症はどうしてなるのか？原因と治療法、痛い時の対処法を教えてください。

A：顎関節症の原因は噛みあわせの異常にあると言われてきましたが、現在では顎関節症の原因はいくつかあり、それらが積み重なって発症するのではないかとされています。原因には「くいしばり」や「歯ぎしり」「歯をカチカチならす」などの顎や筋肉に負担のかかる癖やストレス、悪い噛み合わせなどがあります。痛い時には痛み止めや抗不安薬といった薬を服用する方法もありますが、あくまで一時的に症状を和らげるもので根本的な治療ではありません。顎関節症の治療法には、筋肉のマッサージや、口を大きくあける顎関節可動化訓練、生活指導、薬物療法、また顎関節症治療用マウスピースを作る方法もあります。自分に合った治療法を見つけるためにも、顎関節症でお悩みの際にはお近くの歯科医にご相談ください。

