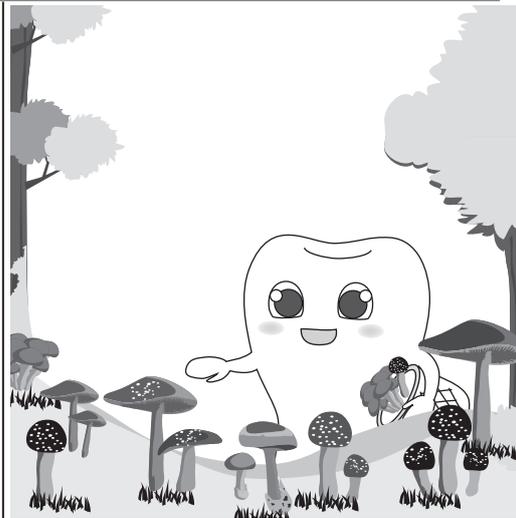


皆さん、こんにちは！いかがお過ごしですか？

津谷歯科医院、院長の津谷良です。

健康で質の高い生活を営む上で、口腔の健康維持が重要な役割を果たしていることから、定期的な歯科の受診は生涯を通じた歯・口腔の健康を実現していくために不可欠です。そのため『骨太の方針2023』の中でも、生涯を通じた歯科健診いわゆる国民皆歯科健診に向けた取り組みの推進について記載されました。しかし過去1年間に歯科健診を受診した人の割合は52.9%(国民健康・栄養調査)にとどまり、特に在宅療養者は歯科治療や口腔機能管理がほとんどの方で必要にもかかわらず、歯科健診の機会はないのが実情です。早期に国民皆歯科健診が実施できるよう期待したいところです。今月は『開口障害』についてご紹介します。



1. 開口障害とは・・・

『開口』とは口を開けることで、食事や言葉を発したりする時は必ず口を開けます。しかし口が開けにくい、口が開かなくなる等のことがあり、これを開口障害といいます。開口障害は、口の開閉範囲が制限され、十分に口を開けられない状態を指します。原因には顎関節症や顎関節脱臼、口腔腫瘍、炎症、外傷、筋肉や神経の異常等があります。開口時に痛みがある場合も開口障害に該当し、食事・会話・歯磨き等、日常生活に大きな支障が出る場合があります。

2. 口の開閉を担う咀嚼筋

口を開ける際、顔や頭、上あご(上顎骨)は動かず、下あご(下顎骨)だけが動き、これらは咀嚼筋が関与しています。開口する場合、①舌骨上筋が下あごを下方へ引き、②外側翼突筋が下顎頭を前方へ引っ張ることで、大きく口が開きます。反対に口を閉じる時は、②内側翼突筋 ③咬筋 ④側頭筋等が主に働きます。



3. 開口度の診断

開口度の診断には『最大開口量』又は『指の本数(3横指、さんおうし)』を基準に評価します。

(1) 最大開口量(数値基準)

成人の場合、上の前歯と下の前歯の切端間距離で計測します。正常な開口量は、男性で48～55mm、女性で44～49mmが平均です。診断では『40mm以上』が開口障害なし、『35～40mm未満』が疑わしい、『35mm未満』は開口障害と診断されます。日常生活に支障がない開口量は38mm以上とされています。

(2) 指の本数(3横指法)

患者本人の人差し指、中指、薬指の3本を縦にそろえて口に無理なく入るかで判定します。3本分入れれば正常、2本以下の場合は何らかの問題が考えられます。計測の実際ではできるだけ大きく口を開け、自力と他動(他者による開口)両方を計測し、5mm以上の差がある場合は制限が疑われます。痛みや違和感の有無も重要な観点です。開口障害は歯科、口腔外科の領域です。お気軽にご相談ください。



◆ 月1回を目安に口腔機能の管理を受けて健康を維持しましょう ◆

口腔ケア新聞の発行にあたって ここ数年、外来患者さんやそのご家族から訪問診療のお問い合わせやご依頼を受けるケースがとて増えました。小さなご病気されてしまったことがキッカケで、寝たきりになってしまわれたりして、『いつもお元気でいいですね』って話をしていたのに・・・そんなことが続いたので、これは本格的に訪問診療に取り組まなければいけないかなって、強く思うようになりました。

そこで取り組みの一環として、要介護者の歯と口に関する情報を地域の介護に携わっている方にお届けしようと考え、口腔ケア新聞を毎月1回発行しています。

津谷歯科医院

診療時間 9:00～12:30/14:00～18:30
(土曜日は16:30まで)
診療科目 歯科 小児歯科
休診日 木曜・日曜・祝祭日
院長 津谷 良
岡山市中区海吉1807-14
☎ 0120-779-418 FAX 0120-779-413