



# メンタルヘルスマネジメント取得!

このたび、メンタルヘルスマネジメント II 種の検定に合格しました。

この資格は、職場におけるメンタルヘルス対策を推進し、ストレスの予防や心の不調への対処を支援するための知識を持つことを証明するものです。歯科医院においては、スタッフの心の健康を守るための相談窓口となり、ストレスマネジメントやリラクゼーション方法のアドバイスを行います。



患者様が安心してご来院いただけるよう、スタッフの心身両面でのサポートを強化してまいります。  
(歯科衛生士・弓場 未紗樹)

## 今年度の入職歓迎会



先日和歌山市狐島にある「中国料理 螢」さんにて、受付事務3名と先生1名の歓迎会を行いました。歓迎会は7年ぶり、総勢23名で行われました。料理はエビチリ・餃子・酢豚など次々と出てきて、どれもすごく美味しかったです。辛い物が苦手な私でも食べられるぐらい、エビチリの身がプリプリしていて絶品でした。

ごはんと共にお酒もすすみ、中には普段見かけない陽気な一面がみられる方もいました。

2時間があっという間に過ぎている、すごく良い会になったと思います。  
(歯科衛生士・西本 春希)

## STAFF column



昨年の9月、友人たちと岸和田だんじり祭りに行ってきました。茹だるような暑さの中で、一日中山車を引く姿に驚きました。熱中症になり点滴しながら頑張っている方もいて、地元愛を感じます。夕方からは、豪快なやり



まわしがみられることで有名なカンカン場に席を取ることができ、迫力満点でした。

夜になると提灯に明かりが灯り、昼間とは違った雰囲気になります。女の子たちはみんなおしゃれに髪の毛を編み込んでました。だんじりが終わるまで髪の毛を洗わないそうです。  
(受付事務・森谷 千浦)

# News ウェルネス



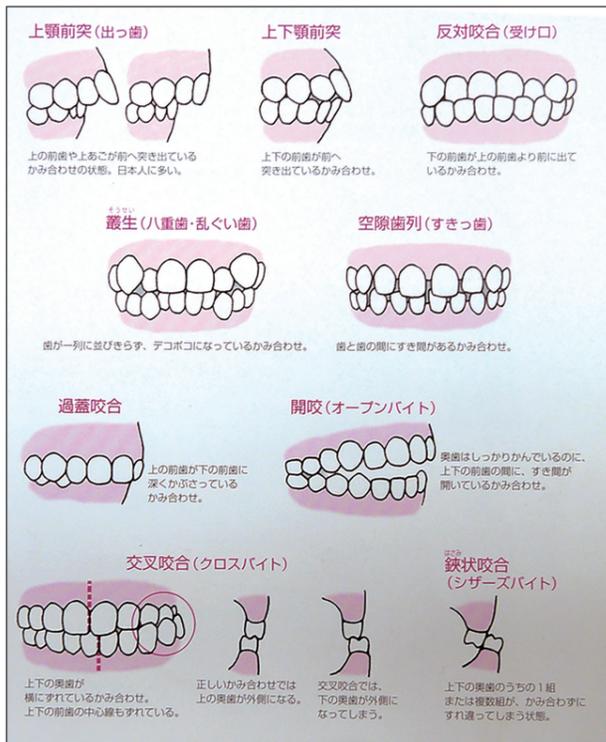
No.156  
ウェルネス小畑歯科医院  
子どもの歯を守る会  
会報 1998年2月創刊  
〒640-8401  
和歌山市福島324-1  
☎073-455-9874  
<https://www.wellness-kobata-dc.com/>

## 歯並びお悩み相談室④ 子供の歯並びの疑問や不安について

### 問題のある歯並びや咬み合わせ

問題のある歯並びや咬み合わせを総じて「不正咬合」といい、いくつかのタイプがあります。

前号では叢生(乱ぐい歯)や上顎前突(出っ歯)について紹介しましたが、他にもたくさんのタイプがあります。



### 反対咬合(受け口)

受け口は大きく分けると「歯性(歯が原因)のもの」と「骨格性(骨が原因)のもの」があります。

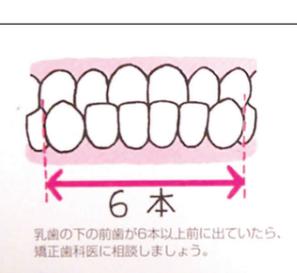
- ①歯の生える位置や角度だけに問題がある「歯性の反対咬合」は舌や口唇などのお口の周りの筋肉のアンバランスが原因です。
- ②上アゴの成長不足や下アゴの過剰成長による「骨格性の反対咬合」の原因はほとんどの場合が遺伝性です。



有名な例はオーストリアの名門ハプスブルグ家です。肖像画に残った彼らの姿から、何代にもわたり骨格性の反対咬合(下アゴの過剰成長)が受け継がれたことがわかっています。

遺伝以外では、乳歯の奥歯がむし歯で崩れてしまい、咬む高さが確保できず、その結果下アゴが前に突き出してしまうケースもあります。

対策は①乳歯をむし歯にしない②舌や下アゴを突き出すような遊びをしないことです。もし乳歯の時点で反対咬合に気づいたら、下の前歯が上の前歯より何本前に出ているかを数えてください。4本以内なら自然に治る可能性があります。自然に治らなくとも、装置を使えば簡単に治ることが多いです。



しかし6本以上なら骨格性の可能性が高く、早めに矯正治療を始めることをお勧めします。骨格性のは、小学生のときに治療で治ったとしても、成長

### タイプ別対策

歯並びのよい子に育てるには歯列不正のサインに早く気づいて対策をとることが大切です。主な歯列不正の種類、原因、生活習慣の改善なども含めて説明していきます。当てはまるものがあるかチェックしてみてください。

期に下アゴも過剰に成長することもあります。そうならばボタン治療など次の段階に移ったり、遺伝的要素が非常に強い場合は下アゴを切って手術するようなケースもあります。血縁者に背が高い骨格性の反対咬合の方がいるならば長期戦になることを覚悟する必要があります。



### 交叉咬合 奥歯も前歯もずれている

交叉咬合の原因の1つに指しゃぶりがあります。長期にわたって指しゃぶりが続いた結果、上アゴと前歯が前に飛び出て、下アゴの歯と咬みあわなくなります。そのため常に奥歯をずらして咬み合わせる習慣がつき、アゴそのものが左右にずれてしまいます。



片側だけ爪咬みをする子、片側ばかり頬杖をつく子、左右どちらかの顔を下にして寝る癖のある子にも多い傾向があります。

5歳以上なら、指しゃぶりや爪咬みの癖は卒業を考えなければなりません。ただ強く注意したりするのはかえって逆効果です。ストレスや不安からきていたり、子どもの自己表現の一環でもあるので、急かさずゆっくりと改善する方向で接しましょう。

おすすめは外で思いっきり遊び、手先をたっぶり使うことです。一緒に手を使って粘土や泥遊び、小麦粉をこねたりするのも有効です。



また、片方の顔ばかり下に向けて寝る癖がある場合は、親が寝返りを促してください。

食事中にテレ

ビがついていると、体を画面に向けてるので片方ばかりで咬んでしまい、交叉咬合になりがちなので注意が必要です。

交叉咬合は成長に伴って非常に治りにくくなります。幼児期などの早期に矯正治療をするのが効果的ということを知っておいてください。

### 過蓋咬合 下の前歯が上の前歯の裏側に深く食い込んでいる

過蓋咬合の原因は①下アゴの発育不全②下アゴがいつも後方に下がっている場合におこります。遺伝的に下アゴが成長不足ということもありますが、日常生活で下アゴの発達を邪魔している場合も少なくありません。例えば集中力のある子は要注意です。一心不乱に何かを作ったりパズルに取り組んだりしているときは、下を向きアゴを引き、唇を閉じて作業に没頭します。その間はほとんど話しません。その結果、下アゴが後ろに押さえつけられ、発達が妨げられるのです。

集中力があるのは素晴らしいことですが、子供の心身の発育のためには、体を使った外遊びも同じくらい大切です。ハアハア息をしながら走ったり大声をあげてはしゃいだりしている時には、下アゴを押さえる力がかかりません。

また家ではたくさん会話をしてください。絵本の読み聞かせをしても、テレビや動画を観ていたとしても、「どうなったの?」「どういところが面白いのかな」とたくさん言葉を引き出し会話をしてください。



2024年6月に歯科保険改定が行われMFT（口腔周囲筋機能療法）が保険適応されることになりました。不正咬合は様々な悪習癖が積み重なった結果です。1つでも負の習慣を早く取り除くことが大切です。専門的に対策したい場合は当院のスタッフに声をかけてください。

（歯科医師・竹岡 高志）

参考文献：歯並びのよい子に育てるために - 子育て歯科医からお母さんへ - 倉治ななえ著 わかば出版

## 研究会で講演してきました！



去る4月13日に和歌山市で開催された第11回和歌山重症心身障害研究会において、『重症心身障害児者に対する口腔管理』と題して、教育講演してきました。当院が訪問診療に行っている愛徳医療福祉センターの小児科の先生からのご依頼であり、「これも社会貢献」と二つ返事でお引き受けしました。医師や看護師の方々はもちろん、言語聴覚士、理学療法士、作業療法士などのコメディカルの方々や学校の先生、また行政の方々など総勢160名ほどの方を前にお話ししました。内容は、

①う蝕（虫歯）について②歯周病について③摂食嚥下障害について、です。①は、主にフッ素を利用した再石灰化療法についてで、予防の大切さをお話しました。②は、口腔ケアを怠ると歯周病が進行し、やがて歯はぬけおちてしまいます。経管栄養（お口で食べていない）の方は、お口がポカンとなり乾燥し、唾液の自浄作用が低くなるので咬合面（噛むところ）に歯石が大量につきます。また、抗てんかん薬を服用されている方や、心疾患をお持ちの患者さんのお口の健康を守るポイントをお話しました。③はうまく食事ができない患者さんに対して、舌の動きをよくする訓練に用いる舌接触補助床についてお話ししました。講演後は、ご質問や反響をいただけて多職種の方々と様々な意見交換をすることができました。障害をもつ患者さんのお口に関するお悩みを、気軽に何でも相談していただければ嬉しいです。（歯科医師・岡 雅子）

## 自動釣銭機を導入



6月より当院では自動釣銭機を導入しました。

これによりスムーズな会計の実現、会計ミスによるトラブル防止、スタッフの負担軽減と患者さんや当院の双方にとってメリットがたくさんあります。

使い方などわからないことがあれば、お気軽に受付スタッフにお声がけください。（歯科医師・竹岡 亮子）



## 日本小児口腔発達学会で学んだこと



口呼吸や異常嚥下がある子どもについて、これまでは歯科的な目線からの指導が多かったと思います。

今回学会に行って学んだことは、口腔機能の異常を改善していくには、いくつかのポイントがあるという

ことです。

まず、歯科だけでなく多職種が各方面から一人一人の子どもに対し、環境要因などの根本的な原因を突き詰め、見直すことが大切ということ。

また、保護者の方にも危機感と関心をもってもらい、協力し合うことが大切ということ。

そして口腔内の問題や歯列不正は、食べることはもちろん、心身への障害に繋がる可能性があること。

これらのことを多くの方がもっと知る機会があると良いと感じました。またMFTの重要性や、具体的な指導の仕方なども学べて勉強になりました。

（歯科衛生士・永堀 夢乃）