

歯列矯正で快適な人生を送るために

歯並びが良い人は自分の歯を長く使える

にっこり笑った口元の歯並びがきれいだとか、笑顔に自信が持てます。顔と歯の正中線のズレが少なく、前歯や犬歯が左右対称にバランスよく並んでいるのが、理想的な歯並びです。さらに笑ったときに口角と歯のすき間が見えない美しい歯列は、女優やモデルのような笑顔（ハリウッドスマイル）と称されます。

マウスピース矯正

歯は歯骨にしっかりと固定されているように見えますが、実際は海に浮かぶお船のように流動的です。歯列は舌と頬に内外から押されて安定しているのに、意外と小さな力で歯を動かすことができます。

従来のワイヤーを使う歯列矯正は、痛みをとまとうことがあり、歯を磨きにくいなどの課題がありました。これに対して、最近導入されたマウスピース矯正は、歯列矯正のメカニズムに透明なマウスピースをかぶせるだけで、すくなく痛みが少なく、取り外し可能で普通に歯を磨けます。中年年でも気軽に歯列矯正ができるようになり、注目されています。

佐本 博先生



医療法人団ア理事
青山アル矯正歯科院長
歯学博士 日本矯正歯科学会認定医

中高年でも歯列矯正は可能

心と体の健康のために



映画コメンテーター LiliCo氏

スウェーデンでは小さな頃から歯医者へ通生

スウェーデンで生まれ、18歳までストックホルムで育ちました。現地の小中学校には敷地内に歯医者さんがあり、休日の時間や放課後に通院できる環境のもと、フloss素入りの液体で口をゆすぐなどしました。歯の治療をするところへお花が描かれたしおりをもらえるので、それを楽しめるのが子ども心に染み渡ったね。

現地ではライ麦パンを給食などで食べましたが、これがものすごく硬い。ビスケットよりも硬いぐらいの食糧を織をたぐり含んだパンで

歯と口の健康を守るために必要なケアとは

健康長寿を保つために

歯並びと健康はどのような関係がありますか？
鈴木 歯並びと口の健康は健康寿命を保つために大切ですが、歯並びが悪いと歯の切れがきれいに取り除けず、歯周病にかかりやすくなり、かみ合わせが悪いと一部の負担がかかると、歯が抜ける原因となります。

増えるマウスピース矯正

矯正を始める時期や抜歯の必要性、矯正方法による違いについて教えてください。
鈴木 歯周病菌は血管に入ると全身に広がって、認知症や心臓病などを招く「因」にもなります。私自身も歯列矯正を受けましたが、歯並びがきれいになったことが嬉しくて心の底から喜びがわき上がってきました。精神面の影

鈴木 純二先生



医療法人スワン会理事長 歯学博士

歯の健康意識が高い国で育ったおかげで、今でも定期的に歯医者さんに通って歯石を取り除けてもらいます。歯並びや口の中の衛生状態が心身の健康に大切なものもあつて、歯垢は口臭の原因です。定期的なケアはマナーとしても重要です。いくつになってもきれいな歯を保ち、自分の歯で食べる喜びを味わいたいものです。

歯列矯正ですてきな笑顔

スピース矯正は歯を抜かなくて直すことができます

鈴木 矯正方法は患者さんによって異なりますが、現在ではスピース矯正を選ばれるケースが増えてきました。私自身も3年前にマウスピース矯正を受けましたが、結果に満足しています。

スピース矯正は歯を抜かなくて直すことができます。鈴木 矯正方法は患者さんによって異なりますが、現在ではスピース矯正を選ばれるケースが増えてきました。私自身も3年前にマウスピース矯正を受けましたが、結果に満足しています。

パネリスト

- 佐本 博先生
- 鈴木 純二先生
- LiliCo氏
- 司会:有江 浩子



ら治療を進めることができます。歯列矯正を受けて、すてきな笑顔を手に入れたく。スピース矯正は、歯を抜かなくて直すことができます。鈴木 矯正方法は患者さんによって異なりますが、現在ではスピース矯正を選ばれるケースが増えてきました。私自身も3年前にマウスピース矯正を受けましたが、結果に満足しています。