

お口爽やかですか

テーマ 快適に入れ歯とつきあうには②

合わない入れ歯を無理して使い続けると歯ぐきが痩せますよ

さて、1月号に続いて岩波新書「歯の健康学」から入れ歯とのつきあい方について東京医科大学歯科大学早川教授の話を参考に紹介します。

最初はぴったり合っている入れ歯でも、やがてはゆるんで外れやすくなってしまう。これは入れ歯が乗っている歯ぐきが、いつも大きな噛む力を支えていることからくる疲れや老化の影響で、だんだん痩せてくるため、残念ながら入れ歯の宿命です。

合わなくなった入れ歯を無理して使い続けると、ガタガタ動き、噛むたびに歯ぐきをどんどん削って、ひどいときには歯ぐきの土手がなくなります。こうなると、外れにくい入れ歯を作るのは難しくなります。

ゆるい状態がひどくならないうちに裏打ちを

ゆるい状態がひどくなら

ないうちなら、裏打ちといつて、入れ歯の内側に入れ歯と同じ材料を貼るだけで、ぴったり合った入れ歯に修正できます。

また、使っているうちに人工歯もすり減ってくるので、入れ歯の噛み合わせにも狂いが生じます。これも早いうちなら、すり減った人工歯を元の状態に盛り上げることでできます。

たえずこのような手入れを行えば、同じ入れ歯を長い間使えるし、歯ぐきが痩せるのを最小限にできます。少なくとも一年に一度は定期健診を受けることをお勧めします。

新しい入れ歯は、まず一週間、軟らかいものを食べて歯ぐきの地ならしを

いくらぴったり合う良い入れ歯を作ったからといっても、初めから硬いものをバリバリと噛むことは禁物

です。新しい靴を買って、すぐに走れば足にマメがでさると同じで、たちまち歯ぐきが傷ついて「痛くて噛めない入れ歯」になってしまいます。

はじめの一週間くらいは、軟らかいものを食べて歯ぐきの地ならしをし、当たるところを少しずつ調整し、慣らしてゆくのが良いでしょう。

安易に入れ歯安定剤を使用することは誤り、歯科医師に相談を

入れ歯安定剤として市販されているものは、粘性性の高い粘着剤、クッションのある密着剤とに分けられます。前者は入れ歯と歯ぐきに粘着することによって、後者は入れ歯と歯ぐきの間に生じた隙間を埋めて密着させることによって入れ歯を安定させています。しかし、安易に入れ歯安

定剤を使用することは誤りです。たとえば、まったく合わない入れ歯でも、材質で隙間をふさぐことができず。

確かに、隙間がなくなるので、入れ歯は落ちなくなりますが、使用者自身で過不足なく裏打ちすることは難しいため、入れ歯が傾いてしまい、噛みあわせを狂わせてしまいます。

噛みあわせが狂ったままでは噛めば、歯ぐきが大きなダメージを受けます。合っていない入れ歯を、安定剤で使い続けることは、かえって口の中の状態を悪化させてしまいます。

入れ歯が合わなくなったから、まず歯科医師の診察を受け、適切な指示に従って安定剤を正しく使用することが大切です。