

顎関節症とは

市立旭川病院

歯科口腔外科

診療部長

西村 泰一

顎関節症はあごの関節の病気の一つで、3つの特徴的な症状があります。一つは、あごの痛みです。

耳の前を指で触って、口を開け閉めすると関節が動いているのが分かります。その部分が顎関節ですが、そこに痛みがあると顎関節症の可能性が

あります。

また、こめかみや頬、あごの骨の後ろが痛いこともあります。このような場合は、食物をかむための筋肉の痛みなのですが、顎関節自体に問題はなく筋肉だけの痛みでも顎関節症という病名になります。

痛みの特徴はあごを動かさなければ痛みはなく、あごを動かした時にのみ痛みがあることです。

二つ目は、開口障害またはあごの運動異常です。大きく口を開いた時、揃えた指がたてに3本入れば十分口は開いていますが、痛みやひっかかりがあつて、そこまで開かなければ開口障害といい、顎関節症の代表的な症状の一つです。

口を開ける時に真っ直ぐに開けられなかったり、頑張れば口は開くけれども、ひっかかるような感じがする、という症状もあります。痛みの原因は顎関節にある場合と、筋肉にある場合があります。

三つ目は関節雑音です。口を開けていくと「コキン」と1回音がする場合と「ゴリゴリ」「コキコキ」「ミシミシ」と、何度も音がする場合とがあります。

前者の場合は顎関節の中にある関節円板がずれているために起こり、後者の場合は関節円板や顎関節の骨が変形している場合に起こります。しかし、音は顎関節の状態が正常でも起こることがあります。

診断のためには問診、触診のほか、X線撮影やMRI撮影が有効です。X線検査では顎関節の骨の変化が分かりますし、MRIで

はX線検査では分からない顎関節の中の関節円板のずれがよく分かります。

治療方法としては、顎関節の痛みが主な症状の時には消炎鎮痛剤を飲むのが一般的です。

この薬には痛み止めの効果だけでなく、関節や筋肉の炎症を抑える効果もあり、これだけで症状がとれる患者さんもいます。

また、筋肉の痛みがある時には筋弛緩剤を飲みます。口の中に指がたてに3本入るのを目標に、口を開ける訓練をします。

これと同時に、筋肉のマッサージをします。

側頭筋（こめかみのあたり）と咬筋（頬のあたりで、歯をくいしばると膨らむのが咬筋です）を、指先で少し強く揉みます。マッサージの時は膨らまさないで、リラックスして行います。

筋肉を温めてから行うと効果的ですので、入浴時や温かいタオルを5分間程、筋肉部にあてた後にマッサージをするとう良いです。

かみ合わせに異常があると筋肉や顎関節に負荷がかかり、痛みや開口障害が生じることがあります。

このような場合、スプリントという厚さ1〜2mm程度のプラスチックで、上顎あるいは下顎の歯列全体を覆い、かみ合わせを改善します。

スプリント療法の特徴は、その作用が可逆的で非侵襲的なこと、効果の及ぶ範囲が歯列、顎関節、筋肉と広いことから、顎関節症の治療として最も一般的なものです。

このほかに、外科的療法としてパンピングマニピュレーション、関節洗浄療法、顎関節鏡視下手術などがあります。

