

きれいに並んだ乳歯列は危険！？

隙間なく一見きれいに並んだ乳歯列は、永久歯の生え変わり時期にスペースが足りなく、ガタガタの歯並びになる危険があります。当院でも「乳歯の時は歯並びがよかった」と、永久歯の生え方で相談に来院される方が多くいらっしゃいます。『矯正』となると保険診療での治療はできず、保険外での治療になり、抜歯を含め期間も金額も大きな負担になってしまいます。当院では、口育士といった口腔育成に関わる資格を持った MFT(口腔機能訓練・お口周りの筋力トレーニング)トレーナーが在籍しており、歯科医師と共に相談を受けたお子様の発達を問診し口腔内を診ると、ほぼ 100%のお子様が『口腔機能発達不全症』と診断されています。

『口腔機能発達不全症』とは「食べる機能」「話す機能」「その他の機能(呼吸を含む)」が十分に発達していないか、正常に機能獲得できていない状態であり、明らかな食べる機能の障害の原因となる病気がなく、口の機能の正常な発育において個人的な、あるいは環境的な要因があり、専門的な関与が必要である状態をいいます。日常生活の癖や習慣を除去し、トレーニングをすることで改善が見込める状態のことをいいます。

『口腔機能発達不全症』は、口の機能が完全に発達していないのではなく、十分にできていない、少し気になるというくらいなので、保護者の方も見逃すことが多くあります。そして、日常生活の癖や習慣を変えたり、トレーニングをしたりすることで改善が見込める状態です。

『口腔機能発達不全症』が疑われる状態はいくつかあるので、以下で当てはまるものはないかチェックしてみてください。

普段の生活の中・・・	食事のとき・・・	習癖について・・・
<input type="checkbox"/> いつも口が開いている	<input type="checkbox"/> よく噛んで食べない	<input type="checkbox"/> ほおづえをつく
<input type="checkbox"/> 姿勢が悪い	<input type="checkbox"/> くちゃくちゃ音をたてて食べる	<input type="checkbox"/> 寝るときはいつも横向き
<input type="checkbox"/> くちびるが乾いて荒れやすい	<input type="checkbox"/> 水がないと食事ができない	<input type="checkbox"/> 指やタオルなどをしゃぶる
<input type="checkbox"/> いびきをかく	<input type="checkbox"/> 舌が食べ物を迎えにくい食べ方	<input type="checkbox"/> 唇をかむ

お口周りの筋力が発達していないと、舌足らずな発音(発音の濁り・歪み)、喋る時に舌が出る、咀嚼に時間がかかりうまく飲み込めない、鼻が通りづらく口呼吸になる等、様々な機能不全がみられます。

口腔機能発達不全症がなぜ歯並びと関係するのか

歯並びが悪くなる原因として「親が不正咬合だから」「顎が小さいから」と現時点での原因から考える方がほとんどだと思います。原因は食事、姿勢、飲み込み方等様々な観点から、遡ると赤ちゃんの時の抱き方から離乳食の与え方、日常生活の癖など多くの要因があり、歯並びと口腔機能の発達は大きく関係しています。

歯は十分な顎の発達と、正しい舌の位置による中からの押す力、唇を閉じることで外の力によってきれいな歯列へと導くことができます。十分なスペースがなかったり、舌・唇・頬の筋力が弱い、強すぎるなどのバランスが悪かったり、日常的な悪い習癖によって、不正歯列を引き起こす原因にもなってしまいます。



『口腔機能発達不全症』と診断された方に見られる咬み合わせ



もちろん、不正歯列は矯正治療をしなければ改善されることはありませんが、口腔機能発達不全症を放置したまま矯正治療を行っても、筋力不足、悪い習癖の残存があれば後戻りの危険性があります。また、口腔機能の向上によって矯正治療にかかる期間や費用の負担も減らすことができる可能性もあります。

当院で行なうMFT（口腔機能療法）トレーニング

患者様の口腔機能の状態を確認し、MFTトレーナーによる、お口周りを取り囲む筋肉（口唇・頬・舌など）が強すぎる場合はリラックスさせ、弱すぎる場合は正しく機能できるように筋肉のバランスを整えるトレーニングを行なっています。

細かいカウンセリングを行ない、一人ひとりにあったトレーニングプログラムを組み、日常生活の悪習慣の除去、食事の仕方、姿勢の改善、正しい舌の位置の定着、呼吸の改善を目指します。

『口腔機能発達不全症』と診断された場合、お子様の口腔状態に合わせた指導や管理を約4～6か月間を目安に保険診療内で受けることができます。その間約1か月に1度のペースでご来院いただき、トレーニングで経過を見ると共に、約6か月後に症状の改善についての再評価を行ないます。（※18歳までが保険診療内で対象となります）



口の成長は全身の成長にも大きく影響を与えます。口の機能がきちんと発達できていないと、体の成長の遅れにもつながるかもしれません。お子様の口の中はきちんと成長しているか、小さいころから確認・管理し、日常生活における訓練やトレーニングを行ない、健全な成長へと導くようにしましょう。

0歳からできる予防歯科

口腔機能発達不全症を引き起こさないためには、0歳からできる保護者による受動的なアプローチもとても大切です。抱き方や離乳食について、発達に関してや靴の選び方、抱っこ紐やベビーチェアなどの補助器具の正しい使いかた等、口育士の資格を持ったMFTトレーナーによる相談も受け付けています。

MFTトレーニングを行っていると「もっと早く知りたかった」との声を多く聞きます。

生きていくために必要な呼吸、嚥下、咀嚼、姿勢、発音が正しく機能し、笑顔で元気に過ごしていけるようサポートさせていただきます。

気になる方や、お子様の発達や悩みを相談したい方は、保育予定カレンダーの「舌トレ」の日を中心にご相談時間を設けていますのでお気軽にお声かけください。



担当：星野（保育士・口育士・MFT トレーナー）