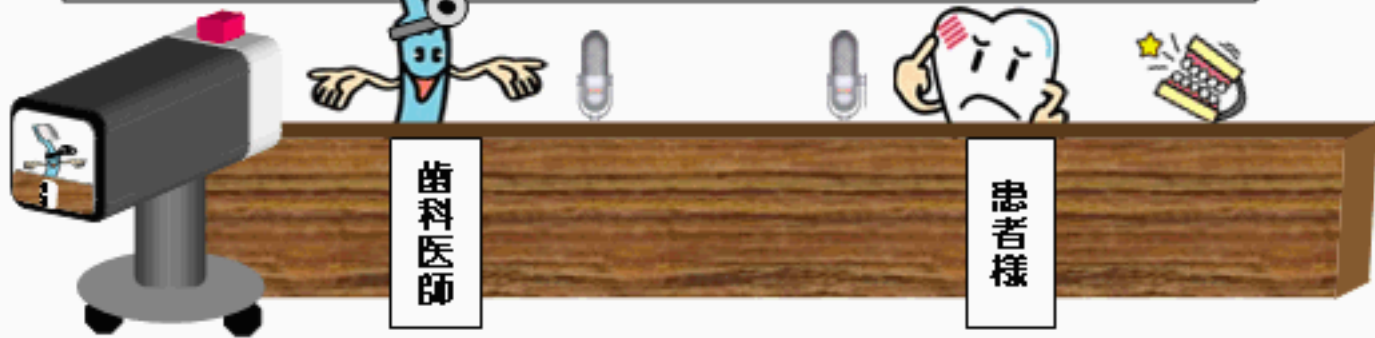


## 「顎関節症」 Q & A 特集



Q1 顎関節症ってどんな症状？



A 顎関節症は、顎を動かす時の顎関節の痛み・音・違和感や口が開かないなどの顎運動障害、咀嚼筋（そしゃくきん=あごを動かす筋肉）の痛みなどの症状が出現します。通常、自発痛は少なく、顎を動かしたときに痛みがあります。耳の近くのため、耳の痛みや耳鳴りを感じる場合があります。また、顎関節症と同様の症状に、顎関節腫瘍・リウマチ・関節部の骨折などがあります。そのため、治療前にきちんと診断することが必要です。



顎関節とは・・・

耳の横にあり、頭の骨と下顎の骨が接している部分です。図のように、骨と骨が直接ぶつからないようにクッションの役割をする関節円板（矢印）という軟組織があります。



## Q2 顎関節症の原因は何ですか？

A さまざまな原因が考えられ、はっきりしていませんが、そのうちのいくつかを上げてみます。

- ストレス
- 「はぎしり」や「くいしばり（噛みしめ癖）」
- 片側ばかりで物を噛む
- あくびなどの大開口
- かみ合わせが悪い（むし歯・歯の欠損放置・歯並びの不正など）

これらの原因に当てはまらない場合でも、症状が出現する場合があります。また、どれくらいの期間で発症するかは個人差があります。

## Q3 診断に必要な検査は？

A このような検査をします。

### 触診



関節の動きをみます

### レントゲン写真

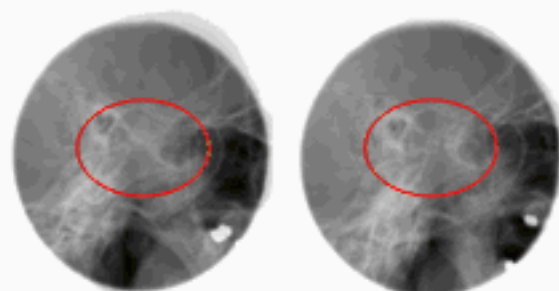


関節の形と、歯の状態をみます

### 歯列模型の作成



咬み合わせの状態をみます



右顎 閉


右顎 開

関節の形と関節の動きをみます

必要に応じて、MRIを撮影して、詳しく調べることがあります。



Q4 どのように治療しますか？



A 当院で行っている代表的な治療法を4つ紹介します。

**1** セルフケア

発症から比較的時間が経過していない場合、セルフケアによって症状が改善することがあります。

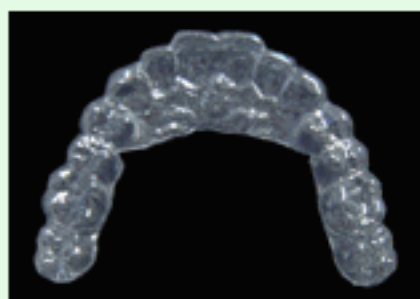
- 顎の安静→ガム、スルメなどを控える・噛みしめの防止軟らかいものを中心に食べ、大きなものを食べない。
- 温罨法→暖めたタオルを筋肉にあて、鎮静および筋肉をリラックスさせる。
- マッサージ→筋肉をマッサージする。

**2** 薬物療法

「筋肉をほぐす薬」や「痛み止め」を服用します。



**3** スプリント療法



写真のようなマウスピースを口腔内に合うように調整し、装着することにより顎の安静をはかります。

**4** 「パンピング・マニピュレーション」・「関節洗浄療法」などの手術的治療法

**2**・**3** の治療によって改善しない場合に、関節の隙間（関節腔）に注射を行って痛みを和らげる方法です。

## 顎関節症 簡単チェック表

当てはまる項目があれば**歯科・口腔外科**での診察をおすすめします。

- 口がまっすぐスムーズに開かない
- 口を大きく開けられない
- 口を開けると音（コツ、ポコツ、ジャリジャリ）がして痛い
- 顎の筋肉がだるい
- 顎の関節や筋肉に痛みがある

### 顎関節症をほうっておくと・・・

治療せずに自然経過で治ることもあります。しかし、治らずに慢性化していくと、食事がとれないくらい口が開かなくなったり、痛みが出る場合があります。また、関節の骨が変形することがあります。

歯科・口腔外科では様々な疾患を診ているため、患者さん一人一人の処置時間が長い場合があります。それによる待ち時間を減らすため**予約制**をとっております。痛み・急性症状のある方はご相談ください！！



歯科・口腔外科予約電話番号  
**0157-23-4134**

年中無休

歯科・口腔外科は歯・歯ぐき・顎などを診る科ですが、その疾患は良性腫瘍・炎症・嚢胞・外傷・顎関節症・顎変形症・口腔粘膜疾患など多岐にわたっています。それぞれの疾患についてお聞きになりたいことがあれば、ご遠慮なく診察時にお話ください。



医療法人  
耳鼻咽喉科 麻生北見病院  
歯科・口腔外科

北見市三輪54-8

TEL 0157(23)4133

FAX 0157(23)2138

ホームページアドレス  
<http://www.jibiazabu.or.jp>