

## 口は健康のもと Vol.107

### 新しい入れ歯 調整とトレーニングが大切

皆さんは、入れ歯と聞くと「咬めない」、「痛い」などあまりよくない印象をお持ちではないでしょうか。

確かにご自分の「歯」に勝るものはありません。しかし、不本意にも歯を失うと入れ歯を選択せざるをえない状況になることもあります。私達は入れ歯を「義歯」と呼びます。それは、「義足」や「義肢」のように失った体の一部を補う大事な道具であるという考え方からです。これらは十分なりハビリテーションやトレーニングを行って初めて自分の体の一部となります。

義歯を気持ち良く使用するためには同じことを行います。新しく作った入れ歯がすぐに皆さんの体の一部になるわけではありません。使用してもらいながら顎堤（歯茎）との当たり具合を直したり、噛み合わせの調整を行います。また食べ物をうまく噛み砕くためには、歯の周りにある舌や頬が協調して働く必要があります。そのためのトレーニングを行って初めて体の一部となるのです。

新しい入れ歯を作ったら一定の間隔で歯科医院を訪れ、調整をしてもらいながら、スムーズにトレーニングを進めることが大切です。「咬める」、「痛くない」義歯は、患者さんと歯科医師の共同作業で作上げるものなのです。



奥羽大学歯学部附属病院  
総合歯科 講師 松村 奈美

