

顎関節症

公益社団法人 茨城県歯科医師会
広報委員会 菱沼一弥

体

を構成する骨のなかで、下あごの骨（下顎骨）は、体の中心をまたいで左右に2つの関節（顎関節）が存在するとともに特異的な骨で、口を開閉する筋肉（咀嚼筋）の働きにより咀嚼・発声などの機能を営みます。口を閉じ、かみ合わせた時の位置は、非常に硬い歯が並んだ上下の歯列の影響を受けます。さらに、両耳の前にある顎関節の中には、関節円板と呼ばれるコラーゲン線維の板状の組織が存在し、関節の動きと連動して、かみ合わせの際にかかる力のクッションとしての役割を果たしています。

これらの器官の調和が何らかの原因で崩れると、顎関節や筋肉の痛み、運動時の雑音（カクカクという音）、口が開きにくい、あるいはかみにくいなど運動障害の症状が現れ、これらのうち一つ以上の症状があり、他に原因となる明らかな疾患がない場合を顎関節症と呼びます。

原因は様々で、歯ぎしり・くいしばりや、いつも決まった側で頬杖をつくなどの悪習癖、外傷、ストレス、かみ合わせの不具合などが考えられますが、これが複合的に原因となつていてる場合もあり特定は困難です。軽度の場合には、筋肉、靭帯や関節の軽い炎症のみで、自然に治癒する場合がありますが、受診者の約70%に、前述の関節円板の位置的なズレが認められ、このズレの程度が症状の重症に影響します。運動時の痛み、雑音だけの場合から、重症になるとほとんど口が開けられない、あるいは正しい位

置に閉じられない（顎が元に戻らない）といつてもあります。

治療法としては、痛みがひどい時は鎮痛剤を規則的に服用して頂き、筋肉のマッサージやストレッチ療法などのいわゆる理学療法的治療とともに、スプリント療法を併用する保存的治療がまず選択されることが多いようです。スプリント療法とは、プラスチックの板を歯列全体に装着して（一般的には夜間就寝時のみ）これを調整しながら、かみしめ時の関節への負担を軽減し筋肉の硬直を和らげ、また、顎を本来の正しい位置に誘導し関節円板のズレを治していく治療です。関節円板のズレが大きくても発症して間もない場合や、若年者の場合には歯科医師 等による徒手整復が奏功することもあります。これらの保存的治療で多くの症例はよくなりますが、明らかにかみ合わせに問題がある場合、その改善が必要になることもあります。さらに、顎関節の病的な変化が進んだ難治例では、口腔外科など専門的な病院での外科的処置が必要な場合もあります。

日常生活に支障がない場合は経過観察をするのとともに、早期の治療が必要な場合もあり、気になる方は歯科医院への早めの受診をお勧めします。

茨城県 当地よ坊さん
みがかもん
茨城県歯科医師会 PRキャラクター

●次回掲載予定日は8月18日です。

