

Tamãんの
歯にいいはなし
歯科

肩こり症は噛み合わせの悪さが原因ですか

Q 歯の噛み合わせの悪さが原因で、耳・鼻の異常や肩こりが起こると聞きました。私はひどい肩こり症です。奥歯がないままになっていますが、歯が原因でしょうか（三十二歳女性）。

A その肩こりの原因が歯にあるかどうかは調べてみないとわかりませんが、歯（噛み合わせ）は首・肩をはじめ全身にとっても大きな影響があることがわかってきています。

歯は単に、食べたり、しゃべったり、見た目に必要というだけでなく、頭や首の位置を正しく保ち、背骨をまっすぐにしておくのにとっても重要なのです。
左右どちらかしか歯がない

とか、歯並びが悪く、歯が不自然な位置で引つ掛かっているれば、顎の動きも不自然なものになり、顎の関節やまわりの筋肉、そして首の骨（頸椎）、さらに背骨全体とその影響はとて大きくなります。

歯の噛み合わせは全身に大きな影響があることをぜひ知っておきましょう。

もうひとつ大切なことがあります。

噛み合わせがひどく悪くても、何の症状もなく健康そのものの人もあるわけで、私たちがそうしなしたしぶとく頑丈な体になることも目指したいものです。



田村 享生
たむら きょうせい
静岡県で田村歯科医院を開院。東洋医学に注目し、食養生や漢方医療も治療に取り入れる。
ホームページは、
<http://www.inh.co.jp/tam/>

ほとんどの病気は、その人の生活の不自然さから生ずると言われています。生活を正し、食を正し、心を正していくと病気に負けにくい体となるのです。もちろん体の丈夫さには個人差が大きく、他人と比較できませんが、その人の生き方のなかで病気に負けない体づくりに努力することも大切だと私は考えます。

■まとめ

①噛み合わせはとても大切。ちゃんと治しておこう。

②多少の無理が体にかかっても、ピクともしない体になるろう。



Illustration by T.Katsumoto