

今村先生が教える！

矯正歯科医選びの ポイント



今村歯科矯正クリニック
院長 今村正史

今村歯科矯正クリニック 小冊子

…はじめに…



こんにちは。今村歯科矯正クリニック院長、今村正史です。

矯正治療はゆっくりと歯を動かしながら、整った歯並びに改善していく治療方法ですが矯正治療の目的はただ歯を並べるだけではありません。バランスのとれた噛み合わせに導くことは咀嚼機能の向上にもつながり、それは一生を通して質の高い健康を獲得保持する上で重要な意味を持っています。つまり、老若男女を問わずどなたにも矯正治療は多くのメリットをもった治療と言えるのです。

ところが矯正治療は、虫歯治療とは違い、長い通院期間を要します。先生や治療方針が合わなかったからといって途中で治療をやり直すことは、経済的にも精神的にもとても負担が大きくなってしまいます。そこで、医院選びは慎重におこなわなければなりません。

この小冊子では、みなさんが後悔しない歯科医選びをおこなえるように、矯正治療についての基本的な知識、そして医院を選ぶ上でのヒントとなるいくつかのポイントをご紹介します。

「矯正治療に興味はあるけれど、漠然とした不安がある…」「どんな歯科医が自分に合っ

ているのかわからない…」そんな悩みを抱えたあなたが、一歩ふみだせるきっかけになれば幸いです。

年齢を重ねても、一生自身の歯で噛めるために。そして 30 年先、40 年先も質の高い健康的な生活を過ごすために。力の限りサポートしていければと思っています。

まずはあなたに合った歯科医に出会えることを願っています。

今村歯科矯正クリニック院長 今村正史



第 1 章 …矯正治療の流れ…



矯正治療は長い年月が必要な治療です。そこでまずこの章では、矯正治療の流れについてご紹介します。※各医院によって治療の流れは異なります。

1.初診

矯正治療の概略、進め方、現在の口の中の簡単なご説明をいたします。歯並びに関する悩みや、矯正治療に対しての不安や疑問に思っていること、費用・期間などを何でもお聞きください。



2.検査

レントゲン写真、歯や顔の写真撮影、歯の型採りなどを行ない、歯の位置や顎骨、あごの状態を精密に検査します。



3.診断

診断精密検査の結果をもとに、現在の歯の状態と、治療計画・期間・費用のご説明をおこないます。そのうえで患者さんのご希望をお聞きして、最終的な治療方法を決めていきます。



虫歯のある方は装置装着前のこの時期に治療しておいていただきます。条件にご納得いただけますと、治療スタートとなります。

その後矯正治療中や治療後に虫歯や歯周病にならないために、正しい歯みがきの練習を行ないます。装置をつけたあとも、定期的に歯みがき指導と、クリーニングをおこないます。

4.開始

開始後さまざまな装置を使って、歯並びや噛み合わせを整えていきます。成長中の経過観察期間では2~6か月に1回、永久歯の移動中は通常毎月1回の通院が必要になります。より確実に、より早くより良い結果を得るためには治療にご協力頂きながら最後ま

でしっかりと通院されることが基本となります。

※患者さんのアゴの発育具合や歯並びの状態によって、治療開始時期や治療期間は異なります

◆ 幼児期

噛み合わせに大きなずれがあり、アゴの変形が心配な場合では早めの治療をお勧めします。数か月で大きな治療効果が期待できる時期です。

◆ 第1期治療(小学生ごろ)

その子の成長に合わせての治療なので期間は本人の歯やアゴの成長次第となります。

通常は、永久歯が生えそろう12～13歳頃まで観察していきます。

本人の成長力を生かすことが可能な時期ですので最適の治療開始時期といえます。

◆ 第2期治療(中学以降～成人)

歯の移動のみの治療ですが、歯の動きには個体差があるため始めにはっきりと期間設定はできません。仕上げには通常2～3年を要します。



5. 保定開始

歯が移動し矯正装置を外したあとは、移動した歯が骨の中で安定するように、保定装置を使います。保定装置は「リテーナー」とも呼ばれ、歯が移動した場所からずれてしまうことを防ぐ装置です。根の周囲の骨が固まり次第、治療完了となります。



第2章

…歯科医院選びのポイント…



さて、矯正歯科治療の流れをご理解いただけただけでしょうか。ここからは実際に歯科医院を選ぶ際に、ぜひ参考にさせていただきたいポイントをご紹介します。「どんな医院を選べばいいのかわからない…」という方は、ぜひ読んでみてください。

認定資格を持ったドクターがいるか？

その道のプロではない限り、一般の患者さんがドクターの技術を推し量ることは難しいものですね。そこで目安となるのが、「認定医」や「指導医」、「専門医」といった日本矯正歯科学会による認定資格です。



◆認定医とは…

「認定医」は、5年以上「日本矯正歯科学会」に属し、学会が認めた大学の附属病院や矯正歯科医療機関において矯正臨床の5年以上にわたる経験が必要です。また、学術誌に論文を発表、症例審査に合格した者に与えられます。矯正治療をおこなっている歯科医師約20,000人中、認定医は約2,600人います。

◆指導医とは…

「指導医」になるためには、12年以上の矯正治療経験をもち、認定医取得後大学病院で3年間の教育歴がなければ取得できない資格です。現在、日本矯正歯科学会指導医は、全国に約570人います。とはいえ、指導医は新人矯正医に矯正学と治療の基本を教えるプロであり、必ずしも矯正治療のプロとは言えません。

◆専門医とは…

「専門医」とは「認定医」「指導医」よりも、臨床医としてさらにハイレベルな資格です。専門医になるためには、認定医であり認定医資格を取得後に2回以上更新試験に合格している者に専門医受験資格が与えられ、最近10年以内に矯正臨床に関する論文、著書または学会発表があること、さらに加えて提出症例審査に合格することが必要です。

ちなみに、専門医になるための試験の合格率は、平均して約50%。資格取得後も、5年ごとに症例を提出し試験に通らないと更新できないという厳しい資格です。現在、「専門医」は全国の矯正歯科治療をおこなっているドクターのわずか1.3%(260人)しかおりません。

矯正専門の医院かどうか？

一般歯科治療を療行っている先生が矯正治療も行っている場合もありますが、むし歯・歯周病・入れ歯などの治療と平行して、矯正技術を磨いたり進歩に追いついていくことはとても難しいことだと思います。

法律上は歯科医師免許があれば誰でも矯正治療を行うことは可能ですが、現場では治療レベルの問題で患者さんに不利益な事態が多発しているのが実態なのです。

同じ歯科医でも専門分野があります。やはりその道のプロにお願いすることが、患者さんにとって最善の治療法だと考えています。内科の専門医が心臓外科手術を行わないことと同じだとイメージしていただければわかりやすいかと思います。

情報の共有をしっかりとってくれるか？

矯正歯科治療の最中は、本人にはなかなか治療経過がわかりにくいものです。治療の状況や計画をしっかりと報告してくれる医院を選びましょう。



治療開始前のカウンセリングは、気軽に相談できるいい機会なので、疑問に思っていることを何でも聞いてみて下さい。カウンセリングルームを個室で設けているところだと、さらに安心してお話ができるかもしれませんね。

矯正治療はある程度の期間が必要な治療ですから、治療開始後も何でも言い合える関係になることは重要になってきます。ただ機械的に淡々と治療をこなすだけでなく、世間話など気兼ねない会話できる先生だと、これからの通院も楽しみになります。

噛み合せを重視した治療をしているか？

できるだけ早く治療を終わらせたい…という気持ちは矯正医も患者さんも同じです。しかし矯正は与えられた矯正刺激に対する患者さんの体の反応をじっくり待つ治療ですので期間は人様々であり、決してスピードを競うものではないと考えています。矯正治療の最終的なゴールは、精度の高いバランスの良い噛み合わせに導くこと。スピードばかりを重視して、噛み合わせが不安定なまま治療を終えてしまえば将来更なる乱れを誘発しかねず、治療にかけた時間・費用がムダになってしまいます。

噛み合わせが悪いと、様々な箇所に負担がかかってしまいます。たとえば、噛み合わせ

がずれたまま噛んでいると、アゴの関節に無理を強いることとなり悪い影響を与えます。こうしたバランスの崩れが全身にも波及すると、首の痛みや、全身の倦怠感へとつながる場合もあります。



スピードだけでなく、仕上がりを最優先に考える医院なら、安心して治療を受けられるでしょう。

第3章 …よくあるご質問…



“痛みはないの？”“治療期間は何年くらい？”“どんな装置を使うの？”

今から矯正治療を始めようとしている方にとって、不安はつきものです。もしかすると漠然と不安だけを抱えながら、矯正治療を諦めている方もいらっしゃるかも知れませんね。

そこで、この章では患者さんからいただく、質問・疑問にお答えします。あなたの疑問も解決できるはずですよ。

Q.矯正歯科治療は何歳まで受けられますか？

矯正に年齢制限はありません。

歯槽膿漏のように歯がグラグラになっていない限り、何歳でも治療は可能です。ただし、悪い噛み合わせを何十年も放置していた結果、治療が難しくなる場合もありますので、できるだけ早く治療を開始することをお勧めいたします。

※また、一般的には子供より大人の方が治療の限界が出易く、反応も鈍いため期間が長めになるようです。

Q.矯正歯科治療では抜歯が必要だと聞いたのですが.....

治療上必要があれば抜くことはあります。出来る限り歯を抜かないで治療したい、という事は矯正医も患者さんも気持ちは同じです。あごの大きさと歯の大きさのバランスが悪い場合、成長期の子供でしたら成長力を利用してあごを拡大したり、奥歯を後ろへ移動したりすることで非抜歯となる可能性が高まります。

これに対して成人では成長が見込めないため、抜歯するケースが増えてきます。

とはいえ、抜歯は非常に重い処置ですので、当院では“抜歯はあくまでも最後の手段”をモットーに、可能な限り非抜歯を迫っています。

Q.治療中の痛みはどの程度ですか？

痛みがまったくないとはいえませんが、想像されているより痛くありません。ブラケットにワイヤーを装着すると、歯のでこぼこを治そうと持続的に歯に力がかかります。

歯が動く時には、骨の中の歯根周囲で炎症反応が生じ、それが痛みの原因となっています。そのとき、虫歯の痛みと違った歯が浮くような感じがする場合や、物をかむときに鈍

い痛みを覚えることがあります。

この痛みは数日続くことがありますが、1週間くらいで消失します。当院では治療初期には極めて弱い力で歯を動かしますので、炎症の度合いが少なく、あまり強い痛みを感じることはないでしょう。

痛みの感じ方は個人差がありますが、実際に当院に通院中の方の中には、ほとんど痛くないと言われる患者さんもたくさんいらっしゃいます。

Q.治療期間はどれくらいですか？

当院の矯正治療では、多くの患者さんが1年半～3年で治療を終えています。平均的には約2年程度で治療が終了できるように心がけています。ただし、成長期のお子さんの場合は、成長期の観察期間がプラスされます。

もちろん、患者さんの「一刻もはややく早く治療を終えたい」という気持ちは良く理解しているつもりですが、医者として患者さんの20年後、30年後の身体の健康を考えると、スピードよりも完成度を最優先すべきだと考えています。

Q.矯正治療中の歯磨きは大変ですか？

歯に何もつけない状態と比較すると歯磨きは大変になります。矯正装置を付けることにより磨きにくくなるため、口の中の細菌が増え、虫歯や歯周病といったお口の中の病気になりやすい環境になりますので十分なブラッシングが不可欠です。

磨くタイミングとコツが重要ですので当方でもご指導致します。

Q.目立たない矯正器具はありますか？

従来の矯正治療では、あの“ギラギラ”とした金属製の装置が主流でした。今や医療技術が進歩し、次々と目立たない矯正装置が開発されています。

たとえば、「セラミックブラケット」は歯に装着する部分が白いセラミック(陶器)できているため、歯とよくなじみ、目立ちにくいのが特徴です。

また治療精度の問題があり余りおすすめてできませんが歯の裏側に装置をつける方法もあります。



Q.子供の矯正はいつから始めたらいいですか？

一般的には6歳から7歳、永久歯の前歯と奥歯が生えてくるころですが、アゴの変形が強いケースなどでは幼児のうちにご来院をお勧めしています。理想的には成長上アンバランスの芽が出始めたころから何らかの対策を講じた方が良いと言えるでしょう。

とはいえ、顔が一人ひとり異なるように、歯やあご、そして心の成長や取り巻く環境はお子さんによって千差万別です。早い時期に矯正を始めたほうが良いお子さんもいれば、実際にはしばらく成長を待ってから始めたほうが良いお子さんもいます。

ただひとつ注意が必要なのは、骨格の不調和をそのままにしておくと、5年後・10年後には不調和が更に大きくなってしまい、その結果、矯正治療も難しくなってしまう場合があることです。もし、お子さんの歯並びが気になるようでしたら、なるべく早めに矯正専門医院を訪ねてみることをおすすめいたします。

…終わりに…



さて、いかがでしたか？矯正歯科治療と医院選びについて、少し分かっていただけたでしょうか？矯正治療の悩みや疑問が少しでも払拭できれば幸いです。

当院を渋谷で開業して以来、約 40 年。現在まで 3000 症例以上の歯並びを治してきました。難症例から、小さなお子さん・年配の方の症例まで、数多くの歯並びを改善してきた実績があります。様々な治療方法に習熟し、患者さんにとって最適な治療方法を常に提供できる環境を整えました。

はじめにもお話しましたが、矯正歯科治療は、見た目の改善のみを目的とした治療ではなく、バランスのとれた噛み合わせに導くことで、咀嚼の機能を向上させる治療です。見た目だけにとらわれず、機能面も重視した治療をおこなうことで、みなさんの全身の健康のためのサポートができれば、と思っています。

歯並びでお悩みの方は、ぜひ一度ご相談ください。きっと満足できる歯並びを提供できるはずだと信じております。これからも、患者さんが歯並びのことで悩むことなく、快適な生活を送るためのお手伝いができればと思っています。

今村歯科矯正クリニック院長／今村正史

1970年 東京医科歯科大学卒業

1974年 同大学院卒

1975年 今村歯科矯正クリニック開業

1978年 米国アリゾナ州にて The Tweed Study Course
受講

The Tweed/Merrifield force system を学ぶ

(Charles H. Tweed International Foundation for
Orthodontic Research and Education)



◆取得資格

歯学博士

日本矯正歯科学会 専門医 / 認定医

◆所属団体

日本矯正歯科学会

日本口蓋裂学会

JIO (日本矯正歯科協会)

渋谷区歯科医師会

渋谷地区矯正歯科医会

◆発表・著作

・全上下アゴ同時移動術による開咬症の治療

光本和世, 八上公利, 吉屋誠, 角田左武郎, 木村義孝, 南雲正男, 今村正史*
昭和大学歯学部第2口腔外科学教室, *今村歯科矯正クリニック
昭和歯学会雑誌, 9(2):231-236, 1989.

今村歯科矯正クリニック

【住所】〒150-0011 渋谷区東 1-14-4 常盤松サマリヤマンション 106

【電話番号】03-3400-0933

【診察時間】

火 / 水 / 金 / 土 / 日

※日は第2週、第4週

10:00~18:00

【アクセス】JR「渋谷駅」東口より徒歩8分

