

特集

矯正治療と歯の痛みについて

矯正治療を始める時、患者さんが心配されるひとつに矯正装置をつけた後に生じる痛みがあります。その痛みには、① 装置をつけた後、歯が動き始めた時に生じる痛みと、② 歯の表面や裏側につけた装置（ブレース）が、頬や唇の内側の粘膜や舌がこすれて傷や口内炎ができる二つの原因があります。

歯が動き始めた時の痛み

まず、歯が動き始めた時に生じる痛みは、歯の表面に接着した装置（ブラケット）にワイヤーを入れると力が加わって歯が動き始めます。その時に生じる痛みには個人差があります。歯が動き始めた時に痛みがあるかどうかは、患者さんが“このような痛みがあった”ように、次の診療所に行った時に矯正歯科医や歯科衛生士に伝えて下さい。

矯正装置をつけた時に生じる痛みには、バラツキがあり気にされない患者さんもいます。痛みは、患者さんの体調や精神状態などによっても違います。



痛みが生じるのはなぜ？

では、矯正治療によって歯を動かす時、なぜ痛みが出るのでしょうか。痛みが生じるメカニズムは、“痛みの刺激が神経を伝わって脳に達し、痛みの中樞へと伝えられ痛い”と感じるのです。

痛みへの感じ方は人によって異なり、強弱や持続日数なども変わります。矯正治療を始めた時に生じる痛みは、歯に力が加わることによって“歯を支える骨に炎症反応が起きる”ためなのです。例えば、炎症反応は風邪を引いてのどが痛くなり、腫れて痛みが出るようなものです。

この炎症は悪役ではなく、痛みを治そうとする大切な役割を担っています。歯が動く場合には、歯を支えている骨の部分に一時的に痛みの物質（プロスタグランジン）が出ます。そのため歯を動かす時に生じる痛みは、歯並びや咬み合わせを良くするために必要なものですので、少し我慢をして頂きたいのです。

痛みが出た時の処置

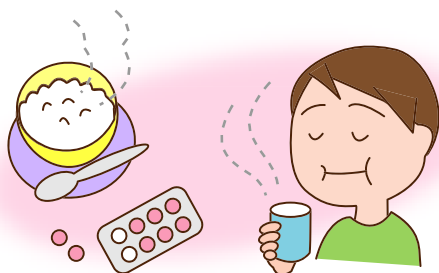
人によって痛みは、“敏感な人”や“あまり気にしない人”など個人差があることは前に述べました。しかし、矯正治療を始めて痛みが出ると、患者さんは不安になるものです。

通常痛みが生じるのは、① 矯正装置をつけた時、② 定期的にワイヤーを交換した時です。歯が動き始めた時の痛みを表現すると、通常、“がまんできる痛み”、“食べ物が噛めない痛み”です。痛みに対して敏感な人では、“顔をしかめる痛み”、“夜眠れない痛み”などと例えられます。

私たちは装置装着時に、痛みが出た場合の処置について、次のように説明しています。

痛みが出た時

- ① やわらかい食べ物をとる（お粥やグラタンなど）
- ② 痛みが出たら、温かい塩湯をしばらく口に含む（歯根のまわりの血流が良くなり、痛みがやわらぐ）
- ③ 普段、のみなれている“痛み止め”をのむ（強い鎮痛剤は副作用が出る場合がありますので避けて下さい）
- ④ 矯正歯科医院に電話して、どうしたら良いかを聞く



患者さんの痛みは、本人しか分からないものです。次回に診療所を訪れた時、どのような痛みがあったかを矯正歯科医や歯科衛生士に伝えて下さい。患者さんからの情報により、私たちは歯の動きに配慮して交換するワイヤーのサイズを細くするなど調節をしています。

痛みが出ると不安になりますが、通常数日でなくなります。あなたの歯並びやかみ合わせがきれいになるように、しばらく我慢して頑張ってください。

シリコン製のブラケットカバー



装置があたり 頬や舌に傷や口内炎ができた時

歯の表面や裏側につけた装置（ブレース）が、頬や唇の内側の粘膜や舌にこすれて、傷や口内炎ができることがあります。矯正治療を始めてしばらくすると、装置になれてくるものです。

傷や口内炎ができた時

- ① 口の中につける軟膏（アフタソロンなど）をつける（皮膚用軟膏ではない）
- ② うがい薬を使う
- ③ 口内炎ができた時は、小さな貼り薬（アフタッチという商品名）を使う
- ④ 矯正診療所でもらったりリーフワックス（柔らかい保護材）やブラケット上を被うシリコン製ガードをつける（矯正歯科医院でもらう）



リーフワックス