

ブレース(矯正装置)が外れた後の保定のおはなし

1. 保定が必要な理由とは？

矯正歯科治療において矯正装置が外れた時点で治療が終了したと思われるかもしれませんが、重要なステップがまだその先に控えています。治療後の歯並び・咬み合わせはかならずしも安定的なものではないため、治療によりすっかりきれいになった歯並び・咬み合わせを長期的にわたって維持しようとするためには『保定』を行う必要があります。保定が必要な理由として、以下のようなことが挙げられます。

- ① 歯肉や歯の周囲の組織は歯を移動させた影響を受けているので、ブレースなどの矯正装置を外した後は、これらの組織が再組織化(順応)するための時間が必要となります。
- ② 残余成長によっておこる身体の変化は治療後の歯並び・咬み合わせにも影響をもたらすことがあります。
- ③ 舌や唇、頬の粘膜といった組織の圧力が歯に加えられることによって後戻りを起こす要因となります。

よってこれらのことを考慮した上で、どのようなタイプの保定を行うかについても治療計画を立てる段階で考えておく必要があります。



©Dolphin Imaging & Management Solutions

2. 後戻りを防ぎ、安定している咬み合わせを保つためには…

治療期間に個人差があるように、保定のための経過観察に必要な期間にも個人差があります。一般的な保定期間として、歯並び・咬み合わせを治すのにかかった期間と同じかそれ以上長い期間の経過観察が必要となります。

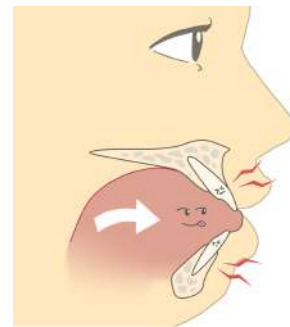
保定装置(リテーナー)の装着時間としては、使用開始時にはなるべく長い時間装着していることが理想です。その後は3~6ヶ月といった間隔で矯正歯科に通院していただき、歯並び・咬み合わせの状態やリテーナーの適合状態のチェックが必要となります。

親知らずが萌出してくる影響やリテーナーを十分な時間使わなかった場合に後戻りを起こしてしまうこともありますので、担当医による定期的なチェックが必要なのです。

3. 歯並び・咬み合わせに影響のある悪い習慣をやめましょう

歯並び・咬み合わせに影響する習癖には、舌癖(舌を出す癖)や低位舌(舌の位置が低い)、口呼吸、頬づえ、睡眠態癖(睡眠中の姿勢の癖)などありますが、矯正歯科治療後もそのような習癖が改善されないと、安定した歯並び・咬み合わせを維持することはできません。必要に応じて舌や口唇などの習癖の改善のために口腔筋機能療法(MFT)を行います。

また、頬づえや睡眠時の姿勢など歯並び・咬み合わせに悪影響のある生活習慣や習癖も、それらを改善することで歯列・咬合の安定性を高めることができます。



4. お口の中は年齢とともに変化します

歯やその周囲の組織は生理的な歯の移動、歯の萌出、食べ物などを咬むことなどに対応して絶えず変化していきます。歯肉は成人以降になると、歯を支えている骨(歯槽骨)の生理的吸収に伴い、歯肉が下がってきます。歯槽骨は20歳前後まで安定した構造を保ちますが、少しずつ吸収が始まり、歯槽骨の高さは毎年低くなります。

歯と歯槽骨を結び付けている組織である歯根膜は、萌出期の歯の移動、食べ物などを咬んだ時の圧力の調節、抜歯後の骨の再生など多くの役割を担っていますが、20歳を過ぎるころから細胞が減少がしていき、少しずつ断裂していきます。



また、歯は正常な状態でも少しずつ前方に移動するような力がかかっているため、生理的な歯の移動が起こります。そして歯槽骨は加齢に伴い歯槽骨頂の進行性退縮が生じ、歯槽骨の高さや幅が減少していきます。これらは単純な生理学的加齢現象のみではなく、歯周病や歯ぎしり、外傷等による個体差や歯種差も大きいとされていますが、これらの経年的変化に伴い、少しずつ歯並び・咬み合わせも変化していきます。

5. 親知らず萌出の影響

「親知らず(第三大臼歯)」は歯の中で最も発生が遅く、口腔内へ萌出する時期は18～24歳頃になります。先天性欠如の場合や口腔周囲の状態によって萌出しにくい場合があるため萌出率は100%に達することはありません。矯正歯科治療を受けて歯並び・咬み合わせがきれいに整った人でも親知らずの萌出による影響がみられ、後戻りを起こすことがあります。矯正歯科治療後の保定観察における第三大臼歯の萌出状態については主治医にチェックしてもらう必要があります。

6. 歯ぎしり・食いしばりの影響

歯ぎしり・食いしばりは、歯冠や歯根にかなりの圧力が加わることにより、歯の破折や摩耗、知覚過敏等を引き起こすことがあります。また、歯ぎしり・食いしばりによって歯周組織の血液循環が悪くなったり、毛細血管が破壊されたりすることによって歯肉退縮を起こし、歯周病を悪化させることもあります。これらのことが経年的に続いた場合、歯列・咬合にも影響を及ぼし、後戻りを起こす要因となります。



7. 保定装置(リテーナー)の種類

プレートタイプ



薄い樹脂製のプレート歯列を囲むワイヤーを用いて、歯を両側から支える保定装置です。

マウスピースタイプ



透明な薄い樹脂製のマウスピースです。審美性に優れていますが、歯ぎしり・食いしばりなどの習癖があることにより破損する場合もあります。

フィックスドリテーナー



主に前歯を固定するために、歯の裏側に接着するタイプの保定装置です。

スプリングリテーナー



下顎の前歯をワイヤーと樹脂製のパッド状のもので挟んで後戻りを防ぐ保定装置です。

矯正歯科治療の最終目標は、機能的で審美的な歯並び・咬み合わせを確立し、それが長期にわたり安定した状態で維持できるようにすることです。保定は、一連の矯正歯科治療の中において非常に重要なステップなのです。