



教えて  
佐藤先生!

## 矯正歯科治療の Q & A

日本矯正歯科研究所附属デンタルクリニック院長 / 佐藤元彦

日本矯正歯科研究所附属デンタルクリニック 小冊子



## —プロローグ—

### はじめに



こんにちは。日本矯正歯科研究所附属デンタルクリニック院長、佐藤元彦です。

この小冊子をご覧になっているみなさんは、「歯並びが悪くて自分に自信がもてない…」  
「口元を気にして、人前で心から笑えない…」といったお悩みを抱えていらっしゃるのでは  
ないでしょうか。

そういった歯並びを改善するのが、矯正歯科治療です。矯正歯科治療は、整形外科とは  
違い、外科的な手術は必要ありません。本来身体が持っている力を利用し、健康的に歯  
を並べていく安全な治療方法です。

また、歯並びを矯正することは、審美的な面だけでなく、虫歯・歯周病の予防や肩こりや  
頭痛の改善、さらには日常生活の向上にまでつながります。矯正歯科治療は、非常に多  
くのメリットを備えた治療といえるのです。

とはいえ、「治療内容は？」「治療期間は？」といった様々な不安や疑問から矯正治療を  
諦めている方も多いことでしょう。そこでこの小冊子では、歯科矯正の基本的な話から、  
よくいただく疑問・質問まで皆さんにも分かりやすく解説しています。



キレイで美しい口元を手に入れるために、そして、いつまでも健康に過ごすために…。こ

の小冊子はその道しるべとなってくれれば幸いです。

矯正歯科治療とは一体どんな治療なのか？さあ、一緒に疑問を解決しましょう！

日本矯正歯科研究所附属デンタルクリニック院長／佐藤元彦

## —1 章—

歯並びチェック。あなたの歯並びはどのタイプ？



悪い歯並びはその萌(は)え方によって、いくつかの種類があり、治療方法も種類によって異なります。さて、あなたはどの歯並びに属しますか？この章では歯並びの種類とその解説をおこなっていきます。カガミで自分の歯を見ながら、チェックしてみましょう！

### 歯がでこぼこ…

- 歯の列がでこぼこしていると感じる
- 歯に食べカスが残しやすい
- 笑うと犬歯が見える

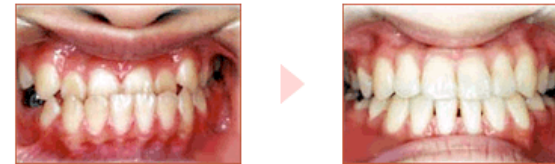
「叢生(そうせい)／乱杭歯、八重歯」である可能性があります。顎の大きさと歯の大きさのバランスが悪いため、歯がでこぼこに生えたり、重なったりしている状態です。歯を磨きにくく、そのため虫歯や歯肉炎を起こしやすくなります。歯周病にまで発展すると、若くても歯を失う可能性があります。



### 受け口で悩んでいます

- 口を閉じると、下の歯列が上の歯列よりも前に出ている
- 顎がしゃくれている
- 下顎が発達しすぎている
- 上手く咀嚼ができない
- 言葉が聞き取りにくい、と言われることがある

「反対咬合(はんたいこうごう)」である可能性があります。一般的には「受け口」と言われます。遺伝的な要因もありますが、上唇を噛んだり、舌を突き出す等の癖が原因となっていることもあります。永久歯が生え揃った状態での反対咬合には、矯正以外の治療方法はありません。

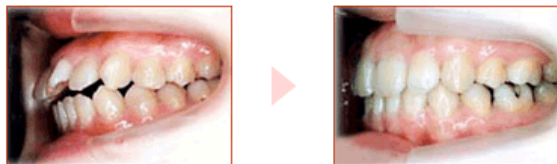


### 出っ歯がずっと気になっています

- 上の前歯が下の前歯よりも、ひどく前に出ている
- 上唇が上がったままで、口を閉じにくい
- 無理して口を閉じると、口元が不自然に歪む



「上顎前突(じょうがくぜんとつ)／出っ歯」である可能性があります。一般的には「出っ歯」と呼ばれます。前歯の角度異常、上顎が成長し過ぎている、下顎の成長不足、指しゃぶりの癖等が原因となります。また、発育過程で鼻に疾患を抱え、口呼吸になっている子どもにも多く見られる症状です。



### 噛み合わせが深い

- 噛み合わせると前歯が深く沈み、上の歯が下の歯を隠してしまう

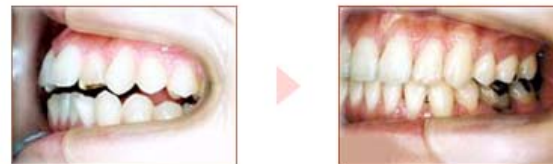
「過蓋咬合(かがいこうごう)／ディープバイト」である可能性があります。噛み合わせが深すぎる状態です。乳歯を早期に喪失したり、虫歯による奥歯の欠損を放置することが原因となります。笑ったときに上顎の歯肉が見えてしまったり、下の前歯が上顎の内側の歯肉を傷つけて炎症を起こすこともあります。

### 前歯がうまく閉じられない

- 口を閉じても上の前歯と下の前歯の間に隙間ができてしまう

- 舌を前方に突き出す癖がある

「開咬(かいこう)／オープンバイト」である可能性があります。子どもの頃の指しゃぶりや、舌を突き出す癖、口呼吸等が原因となります。上下の前歯を閉じても隙間ができるため、前歯で食べ物を噛み切ることが難しく、横の歯で噛み切ることになります。発音しづらいため、言葉が不明瞭で聞き取りにくくなることもあります。



### すきっ歯で悩んでいる

- 歯と歯の間が空いている
- サ行などが発音しにくい

「正中離開(せいちゅうりかい)」である可能性があります。顎と歯の大きさが合っていない場合や、そもそも生えてきている歯が足りないことが原因となります。歯と歯の間に隙間ができてしまっている状態なので発音がしにくく、見た目もよくありません。



## —2章—

よくある質問。

矯正歯科治療のギモンにお答えします



“どんな装置を使うの？”“痛みはないの？”“治療期間は何年くらい？”

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、この章では患者さまからいただく、よくある質問・疑問を Q&A 方式でまとめてみました。今から矯正治療にチャレンジしようと思っている方、ぜひ一読してみてください。きっとあなたの疑問も解決するはずですよ。

**Q.矯正の認定医、指導医というのはどういった先生ですか？**  
.....

ひとえに矯正専門医といっても、当然その技術レベルはドクターによって大きく差があります。そこで、歯科医師の技術・キャリアを推し量るためのひとつの基準となるのが、各学会が認定する「認定医」や「指導医」といった資格です。

●認定医とは？

5年以上の矯正治療経験をもち、審査に合格して得られる資格です。



●指導医とは？

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。

私も指導医・認定医として日本矯正歯科学会から認定されています。矯正の専門医として、よりハイレベルな治療を提供できると自負しています。

Q.目立たない装置はありますか？

これは来院される患者さまが一番気にされる問題です。確かに、わずらわしい装置を付けるのは誰でも抵抗があるもの。できるものなら、他人に知られず矯正治療をしたいですよね。

どうぞご安心ください。最近では歯とよくなじむ装置や歯の裏側につける装置、取り外しのできる装置など目立たない装置が多く開発されています。ここでは装置について少しご説明しましょう。

●【セラミックの装置】半透明の矯正装置

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。しかし近年、

金属を半透明で見えにくいセラミックなどに変更した、新しい矯正装置が登場しています。

この装置は“セラミックブラケット”とよばれ、歯に装着するパーツが白いセラミック(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。



●【舌側(ぜっそく)・裏側矯正】歯の裏側から装着する矯正装置

歯の裏側から装置を装着し、治療をおこなうのが【舌側(ぜっそく)・裏側矯正】と呼ばれる治療方法です。装置を歯の裏側につけるので、見た目に矯正中ということがまったくわかりません。



営業職、接客業、タレントなど、人前に出る仕事についている方にオススメの装置です。



## ●【取り外し OK。透明な矯正装置】クリアアライナー、インビザライン

最近注目を集めているのが、透明で取り外しのできる“マウスピース型”の矯正装置です。透明であるため目立たないうえ、自分で取り外しができるので、食事中的わずらわしさがありません。一定の間隔で装置を矯正して、段階的に歯を動かすことができる画期的な装置です。



しかしながら、適応症がありますので、誰でもこの装置でできるわけではありません。

当院では“クリアアライナー”“インビザライン”とよばれる装置を使用しています。ただし、取り外しができる分、患者さまの治療への協力が必要です。

## ●【寝ているときだけ装着】床矯正装置

床矯正とは取り外しができるプレートタイプの矯正装置の事です。床矯正の装置は口の筋肉の力を利用してあごの成長を促したり、歯列を左右に広げたり狭めたりすることで、不正咬合を改善する装置です。何十種類もありますから患者さまの症状にあわせて装置を選択しオーダーメイドで作成します。

昼間は装置を装着しておく必要がない場合が多いので、矯正中であることを他人に知られることはありません。また、食事中は装置を外しておくことができるので、「シッカリ食事を楽しみたい」という方にオススメです。

とはいえ、適応できる症状には限りがあります。すべての患者さまがこの方法で治療できるわけではありません。当院では治療前の綿密な検査をおこなうことで、この装置を適応できるかどうかを判断しています。

## Q.矯正治療は痛いですか？

「痛い」「怖そう」という理由で矯正歯科治療をためらっている方もいらっしゃるのではないでしょうか。矯正歯科治療はひとりひとりの患者さまに合わせた、専用の専用装置を使って歯を動かしていく治療方法です。近年、技術や装置の進化により痛みを大幅に軽減できるようになってきました。

たとえば当院では、できるだけ柔らかいワイヤーを使用。少しずつ無理のない力を加えられるので、痛みなどの違和感がほとんど生じません。他にも装置の締め付けを減らすなど、最新技術を駆使しながら穏やかな力で歯を動かしていきます。





### Q.矯正治療では抜歯が必要ですか？

矯正歯科治療は、アゴの骨と歯の大きさのバランスから必要に応じてスペースをつくり、歯を美しく並べていく方法ですので、十分なスペースがない場合は抜歯が必要になります。

とはいえ、誰でも健康な歯を抜いてしまうのは抵抗があるもの。また、抜歯などの痛みを伴う治療はできるだけ避けたいものです。そこで当院では、抜く治療、抜かない治療の両方の治療プランをご提示し、歯を抜かなくとも矯正歯科治療ができるように最大限努力をしています。

ただし、場合によっては抜歯をおこなったほうが、歯がきれいに並んだり、治療後の後戻りの可能性が少なくなったりなど、抜歯にも大きなメリットがあるケースがあります。患者さま1人1人の症状が違う以上、残念ながら、100%歯は抜かなくてよいとは言い切れません。

どうしても抜歯を行った方が良い場合は、患者さまにメリットとデメリットをしっかりと説明し、最終的な判断は、患者さまご自身に選んでもらうようにしています。

### Q.治療期間はどれくらいですか？

「できることなら短期間で終わらせたい」そんな悩みを抱えている患者さまは大勢いらっしゃいます。誰でもわずらわしい装置を長期間付けておくのはイヤなものですよね。近年では、治療方法の工夫により短期間での治療が可能になっています。

たとえば当院では“できるだけ効率的な治療を”をモットーに、約0.5年～2.5年の治療をおこなっています。早く治療が終われるよう、歯にかかる力を細かく調整しながら、もっとも効率よく動くためのテクニックを駆使。常に最短距離でゴールへと進められるように努めています。

とはいえ、歯が動く速度には個人差があり、場合によっては長引く可能性もあります。その際はしっかりと説明させていただき、納得のいく治療を心がけております。

### Q.矯正歯科治療には保険は適用されますか？

矯正歯科治療は、基本的に健康保険が適用できません。ほとんどの場合「自由診療」になるため、治療費が比較的高額になってしまいます。しかし、国が定めた特定の症状に限り、保険が適応される矯正治療が可能です。



当院は「健康保険適応の矯正治療ができる施設」として、厚生労働省より認定されています(指定自立支援医療機関)。唇顎口蓋裂と顎変形症における矯正の保険診療に関しましては、歯科矯正診断施設・顎口腔機能診断施設でなければ行えません。当院は歯科矯正診断施設ならびに顎口腔機能診断施設となっております。

### 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。

よく「この歯並びのまま、この年齢まで来てしまった。自分の歯並びはもう治らないんじゃないか？」という不安を抱えている方がいらっしゃいます。ご心配はいりません。歯周組織と歯が健康であれば、矯正治療はいくつになっても受けることができます。

当院でも、50代を過ぎて矯正にチャレンジする方は少なくありません。矯正治療は、もはや子供だけの治療ではないのです。

## —3章—

### 治療の流れについて



当院では早期治療を心がけていますが、それでも矯正治療は長い年月が必要な治療です。そこでこの章では、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。

#### ◆Step1 初診相談(カウンセリング)

口の中の診査をおこない、矯正歯科治療を行った方が良いのかどうか、またおおまかな治療期間や費用などのご説明をさせていただきます。痛みや期間など、不安なことはどうぞお気軽におっしゃってください。



#### ◆Step2 精密検査

さらに詳しく口の中を知るために、歯・あご・顔のレントゲン写真、口腔模型の採取、歯や顔の写真撮影等をおこないます(所要時間約40分)。そこで得られたデータを元に、医学的分析・診断をおこないます。(症状によっては追加の精密検査が必要なことがあります)



#### ◆Step3 検査結果の説明

精密検査の結果を踏まえ、治療方針、装置の種類、明確な治療費について書面での詳しい説明をおこないます。ご納得頂いたのちに、矯正歯科治療をお受けになるかどうか

のご判断をお願いしています。



#### ◆Step4 矯正歯科治療の開始

患者さまのご希望があれば、矯正歯科治療を開始。装置を装着します。治療開始後は、装置の調整が必要になるため、通常4~6週間に1回のペースでご通院ください



#### ◆Step5 矯正装置の撤去

歯を動かす期間が終了し、矯正装置を外します。



#### ◆Step6 保定期間

矯正装置を取り除いた後、何もしなければ歯はもとの位置に戻ろうとします。そこで、矯正治療によって得られたキレイな歯並びをキープするため、保定装置(リテーナー)を装着。後戻りを防ぎます。保定期間の通院間隔は、3~4か月に一度となります。



どうでしたか？矯正治療のこと、少しは分かっていただけでしたか？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。

## —エピローグ—

終わりに



はじめにもお話しましたが、矯正歯科治療は、非常に多くのメリットを備えた治療です。私は矯正歯科治療は大きく分けて3つの目的があると思っています。

まず一つは、審美的な見た目の問題を解決する、という目的です。実際、勇気を持って矯正治療にチャレンジしたおかげで、“自分に自信が持てるようになった”“人前でしゃべるのが苦じゃなくなった”という方は大勢いらっしゃいます。

また、矯正治療で歯並びが整ってからというもの、すぐにパートナーが見つかった！という方も。矯正治療で人生がぐっと広がる方も少なくないのです。こうしたことから、矯正歯科治療には“アンチエイジング”といった側面もあります。

二つ目の目的が、機能面の回復です。たとえば咀嚼機能が向上することで、消化力がアップしたり、歯磨きがしやすくなったことから、虫歯・歯周病を予防することができます。他にも、発音が良くなったり、口臭が改善したり、なかにはアゴや首への負担が減り肩こ



りや頭痛が改善された、という方もいらっしゃいます。

そして三つ目は歯並びを矯正正したことによる、日常生活の向上(Quality of life)です。

こうした多くのメリットをもつ矯正歯科治療をもっともっと  
ポピュラーな治療にしたい——そんな思いを胸に、約40  
年間、地道に治療を続けてまいりました。これからも慢  
心することなく、患者さま一人ひとりと丁寧に接していく  
こと、そして、日本の矯正治療の発展に貢献し続けてい  
きたいと考えています。



日本矯正歯科研究所附属デンタルクリニック院長／佐藤元彦  
歯学博士・医学博士

北海道医療大学歯学部矯正学教室 初代主任教授

特別非営利活動法人 日本成人矯正歯科学会 創立者・理事長

特別非営利活動法人 日本成人矯正歯科学会 指導医・専門医・認定医

日本矯正歯科学会 指導医・認定医

#### 【所属学会】

- 日本成人矯正歯科学会
- 日本矯正歯科学会
- 日本歯科審美学会
- 日本歯科人間ドック学会
- 東京矯正歯科学会
- 日本臨床矯正歯科医会
- 日本歯科医学会
- 日本口腔外科学会
- 日本小児歯科学会
- 日本顎変形症学会
- 日本歯科心身医学会
- 日本アンチエイジング歯科学会
- 日本歯科医療管理学会
- 日本口腔科学会
- 日本健康医療学会
- 東日本歯学会
- 日本歯科大学歯学会
- 東京医科大学医学会
- 日本全身咬合学会
- 日本口蓋裂学会
- 日本顔学会
- ワールド・フェデレーション・オブ・オルソドンティス(世界矯正歯科学会)
- ツィード・インターナショナル・ファウンデーション
- ピエール・フォシャール・アカデミー



## 日本矯正歯科研究所附属デンタルクリニック

【住所】〒150-0002

東京都渋谷区渋谷 2-15-1 渋谷クロスタワー(旧東邦生命ビル) 21 階

【電話番号】03-3499-2222

### 【診察時間】

午前	10:00～13:00
午後	14:30～18:30 (月・水は 19:30)

休診日:日・祝

### 【アクセス】

- JR「渋谷駅」東口より徒歩 3 分
- お車でお越しの方は、渋谷クロスタワー内の駐車場をご利用ください(有料)。



渋谷クロスタワー