



歯っぴー通信

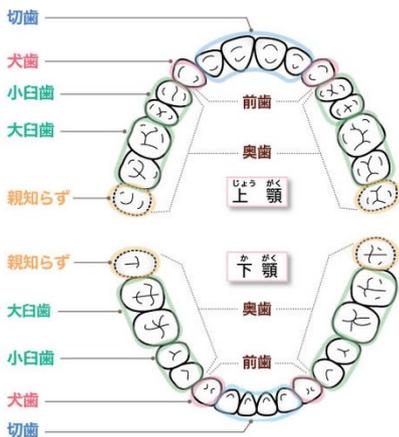


2024年
7月

KIDA DENTAL CLINIC 喜田歯科医院

知っていますか、歯の役割としくみについて

大人の歯(永久歯といいますが)は上下あわせて「28本(親知らずを加えると32本)」あります。歯にはそれぞれ名前がついていて、生えてくる場所によって名前が異なります。大きく分けると前歯は「切歯(せつし)」、奥歯は「臼歯(きゅうし)」、糸切り歯は「犬歯(けんし)」と呼ばれ、それぞれ異なった形をしています。



歯の種類・配列と特徴

- ◆ 「切歯」
上下左右で合計8本あり、歯の先がノミ、あるいはシャベルのように平たく尖っている。
- ◆ 「犬歯」
上下で合計4本あり、先の尖った円錐形をしている。根が太く長く、最も長く残存する歯。
- ◆ 「臼歯」
小臼歯、大臼歯が上下左右で合計16本あり、親知らずが揃っている場合は20本になる。噛み合わせの面はやや凸凹状で、臼のような形状をしている。
- ◇ 「前歯」
切歯と犬歯を合わせた総称で、上下合計12本ある。
- ◇ 「奥歯」
犬歯より奥にある臼歯のこと。小臼歯、大臼歯の総称。



歯が持つ大事な役割について

歯を見ていただくと、それぞれ大きさ・形が違うのがお分かりいただけると思います。そしてそれぞれにしっかり役割分担があります。

- ◆ **切歯**
食べ物を噛み切ったり、ちぎったりする役割があります。また、切歯は顔の印象に大きな影響を与えるだけでなく、発音においても重要な役割を担っています。
- ◆ **犬歯**
糸切り歯とよく呼ばれている歯です。犬歯は食べ物にかぶりついて切り裂く役割があります。犬歯はほかの歯よりも根が長く、強度があるため、噛み合わせたときに前歯や奥歯に負荷がかかりすぎるのを防ぐ役割も担っています。
- ◆ **臼歯**
臼歯は食べ物を噛み砕いたり、すりつぶしたりする役割を担っています。大臼歯は、第一大臼歯・第二大臼歯・第三大臼歯とあり、とくに第一大臼歯は噛み合わせの安定のために重要な歯といわれています。虫歯になりやすい歯でもあるため、注意して日々のケアを行うことが大切です。

快適な暮らしをもたらすために。

歯は、たった1本失われても、正常な働きができません。例えば、大臼歯(奥歯)が1本なくなっただけで、ものを噛み砕く能力は約40%も低下するといわれています。

また、上の前歯が抜けるとサ行、奥歯が抜けるとハ行、ラ行が発音しづらくなって、言葉が不明瞭になったり、顔の輪郭が変わって、表情が老けて見えたりします。

大切な歯を守るためには日々のケアが重要です。

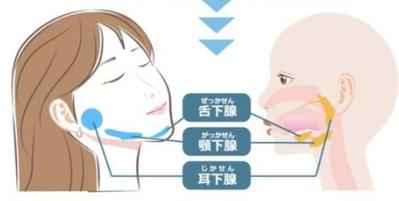


唾液腺マッサージ

唾液腺マッサージによって唾液を出すことで口腔内が潤いますので、様々な効果があります。

- ・唾液を出して歯の再石灰化を起しやすくなるため、むし歯予防になる
- ・唾液の自浄作用によって細菌が減り、口臭を防ぐ
- ・お口の中の乾燥による痛みなどがやわらぎ、粘膜や舌などの口腔ケアができる
- ・お口の中が潤うことでお口周りの筋肉がほぐれ、口が閉じやすくなる
- ・唾液が出やすくなり、消化を助ける

唾液腺の場所



唾液腺マッサージ



※この動作を5~10回程度繰り返します。

唾液マッサージは食前にされることをお勧めしますが、どなたでもすぐに行うことが出来、健康に役立ちますので、ぜひお試しください。

次回は、歯に良い食べ物についてです！



喜田歯科医院

吹田市原野4丁目23-4

06-6388-1900



QRコードからHPをご覧ください