

## 口は健康のもと Vol.142

### 入れ歯の取り扱い方について

入れ歯を作っても使っていない方が多いと言われています。その原因としては「痛くて咬めないから」「異物と感じて口の中に入れておけないから」や「うまく喋れないから」など、様々な意見があります。

入れ歯が出来たからといって、すぐに使えるわけではありません。新しい入れ歯の9割以上は調整が必要になります。その調整も2～3回で終了する方もいれば、数か月位かかる方もいます。一番重要なのは、入れ歯は自分の身体の一部であると考えことです。異物が口の中に入るので、慣れるまでには時間がかかります。自分の身体の一部として慣れるような努力が必要になるのです。

さて、入れ歯の取り扱い方ですが、部分入れ歯は残っている歯にバネをかける場合が多くあります。歯科医師は患者さんが着脱しやすいように設計しますが、残っている歯が傾斜しているような方は、着脱が困難になります。この場合、入れ歯をお口の中に入れて咬んで装着することはしないで下さい。バネが変形してしまうので、必ず手で装着するようにして下さい。それから夜間は身体を休ませると同様に、お口の粘膜も休ませる必要があります。したがって、寝ている間は入れ歯を外すようにして下さい。ただし、寝ている間も入れ歯を入れておかなければならない場合も稀にあります。そこで、入れ歯の取り扱い方がわからない方は、お近くの歯科医院でお聞き下さい。

入れ歯で美味しい物を食べて長生きしましょう。



奥羽大学歯学部附属病院  
総合歯科 教授 鎌田 政善