

# 悪い歯並びがもたらす弊害…

悪い歯並びは、見た目の問題だけでなく、歯みがきがしにくい・しっかり噛めない・むし歯・歯周病・口臭…といったお口のトラブルも起こっています。また、歯並びや噛みあわせの不正は、お口の中のトラブルだけでなく体全体の不調も招くのです。特に発育途上のお子さんは、全身の健康に大きな悪影響を及ぼします。

## 歯並びや噛み合わせが悪いとどうなるの？



## 歯並びや姿勢を再確認！！

発育期に歯並びが悪く、しっかり噛まない食生活を続けると、上あごの骨やその周囲の鼻や頬の骨が発育不全を起こします。その結果、鼻やのどの空気の通り道が狭くなり鼻呼吸しづらく、お口ポカンの口呼吸となります。また呼吸を楽にしようとおごが上がり、猫背で姿勢が悪くなり、いびきや睡眠時無呼吸症候群の原因となります。よく眠れないためボーっとして授業に身が入らなかったり、味や臭いが分からずしっかり噛めないため食欲不振となり、体の成長や運動能力の低下へとつながります。見た目の歯並びも大事ですが、幼児期からの健全なあごの成長が全身の健康へとつながっていくのです。しっかり噛み、良く食べてぐっすり眠る。これだけで毎日イキイキとし活気あふれる健康な生活が過ごせるようになります。少しでもお口や動作が気になる方はご相談下さい。