

入れ歯のメリット

入れ歯事情

メッセージ

診療時間・アクセス

お問い合わせ

### 入れ歯TOPICS

- ▶ 京都観光と入れ歯作り
- ▶ 入れ歯に関する患者様とのやり取り
- ▶ 義歯安定剤(入れ歯安定剤)使用に注意
- ▶ 入れ歯を遠い医院で作っても大丈夫か？

### 入れ歯名人への道

- ▶ より良い人生のための入れ歯
- ▶ 入れ歯名人の父
- ▶ 受け継がれた入れ歯名人術
- ▶ 入れ歯を極める事で得た事

### 入れ歯情報

- ▶ 快適に噛める入れ歯を作るには
- ▶ 家族の方・遠方の方へ
- ▶ 入れ歯の現状
- ▶ 本当の入れ歯と保険の入れ歯

### 健康と入れ歯

- ▶ 選択肢はインプラントだけ？
- ▶ 合わない入れ歯をしていると
- ▶ 噛む事と健康の関係

### 入れ歯相談窓口

### 歯科医師略歴

### 診療所案内・地図

### サイトマップ

ONLINE  
お問い合わせ

### 噛むことと健康の関係

#### 「噛む」ことが健康に欠かせない理由

歯は食事をするためだけにあるものではありません。健康な歯を持っていると気付きにくいことではありますが、歯を失ってしまったときに発生する問題は食事に関することだけではないのです。たとえば、自分の力で食事をするができなくなった(噛めなくなった)高齢者は、脳の老化が急激に進行することが知られています。

つまり、普段歯を使って噛んでいることは、脳の働きにも大きく関係しているのです。眠気覚ましにガムを噛む方もいるかと思いますが、それで目が覚めるのは、噛む行為によって脳に血液が送られるからです。この機能が失われてしまえば、当然ながら脳の働きも衰えてしまいます。しかし自分にピッタリ合った入れ歯があれば、失ってしまった「噛む機能」を取り戻せるのです。

#### 噛むことによる健康面のメリット

噛むことは食事の際に欠かせませんが、それ以外に体全体の調子を整え健康を保つための役割も持っています。噛むことによる健康面のメリットを下記にてご紹介します。歯を失ってしまった方は、噛むことによる健康への影響を考えて、ぜひ入れ歯の使用をご検討ください。

##### ▶ 歯並びが良くなる

特に発育途中の子どもに言えることですが、よく噛むことによって顎が発達し、歯並びの良い歯を作ることができます。正常な位置に歯が生え、見た目も美しい歯になります。

##### ▶ 姿勢が正しくなる

噛むためには、実は顎の筋肉だけでなく全身の筋肉が使われています。しっかり噛むことで全身の筋肉が鍛えられ、正しい姿勢が保てるようになります。

##### ▶ 消化・吸収が良くなる

しっかり噛むことで食べ物がすり潰され、消化・吸収しやすくなります。胃腸に負担がかからないため、消化器官を健康に保つことができます。

##### ▶ 虫歯・歯周病が予防できる

噛むことで口の中を抗菌・殺菌する作用を持つ唾液が良く出るようになります。唾液は食物中の酸を中和し、さらに口腔内で繁殖する虫歯菌や歯周病菌を殺菌します。虫歯の初期である「C0」なら、唾液の作用で治すことも可能です。

##### ▶ 肥満が予防できる

しっかり噛むことで食事中に栄養が消化・吸収され、満腹感が得られます。そのため食べ過ぎを防ぎ肥満を予防することができます。

[入れ歯TOPICS【京都観光と入れ歯作り | 入れ歯に関する患者様とのやり取り | 義歯安定剤\(入れ歯安定剤\)使用に注意 | 入れ歯を遠い医院で作っても大丈夫か?】](#)  
[入れ歯名人への道【より良い人生のための入れ歯 | 入れ歯名人の父 | 受け継がれた入れ歯名人術 | 入れ歯を極める中で得た事】](#)  
[入れ歯情報【快適に噛める入れ歯を作るには | 家族の方・遠方の方へ | 入れ歯の現状 | 本当の入れ歯と保険の入れ歯】](#)  
[健康と入れ歯【選択肢はインプラントだけ? | 合わない入れ歯をしていると | 噛む事と健康の関係】](#)  
[入れ歯相談窓口 | 歯科医師略歴 | サイトマップ | HOME](#)

Copyright © 入れ歯・専門情報【入れ歯名人】噛める入れ歯. All Rights Reserved.