



【奥歯の話】



前歯と奥歯ではそれぞれ形に見合った役割があり、奥歯で物をかむ時は自分の体重とほぼ同じ程度の力がかかります。そんな縁の下の力持ちである奥歯を一本失うと物をかみ砕く力が大幅に低下すると言われていています。すると消化・吸収が悪くなるだけでなく、飲み込む力の低減、脳の活性化も抑制されます。



～正しく噛まないで病気になる～

これまでにわかっている問題	最近の研究でわかった問題
顎が小さくなり歯並びが悪くなる 虫歯、口臭、歯周病になりやすい 肩こり、腰痛 肥満になりやすい	記憶力の低下 老化の促進 味覚障害 少子化（生殖機能の低下） 風邪、インフルエンザ 頬のたるみ、二重あご

《しっかり噛んで認知症予防！》

脳における仕事のうち40%近くが口腔に関連していると言われていています。すなわち口を動かす事は脳に刺激を与えます。かみ合わせが悪かったり、よく噛まないで記憶を司る海馬と呼ばれる脳の一部が機能減衰します。海馬が働かなくなると、新しいことが覚えられなくなり、昔のことは覚えていても、新しいことはすぐに忘れてしまうようになります。



海馬は壊れやすく特に加齢に敏感で、物覚えが悪くなるのは海馬の機能が衰えてしまうからです。けれど、よく噛めるように治療すれば記憶力が甦る可能性が高くなると最近の研究では言われています。虫歯・歯周病治療や、失った歯は入れ歯で補ってしっかり噛めるお口をつくりましょう。

