



古川ぶんと
ソフィア整骨院 院長

原因不明の歯の痛み

今月号の相談は「奥歯が痛くて歯医者を受診したが、歯にはとくに異常がないと診断された」というもの。さっそく、ソフィア整骨院の古川ぶんと先生に聞いてみた。

Q 奥歯が疼くので歯医者に行ったのですが、歯にはとくに異常がみられませんでした。歯科の先生がいうには「ひよつとしたら筋肉のこわばりが原因かもしれない」とのことなのですが、そんなことがあるのでしょうか。

A 咀嚼筋のこわばりが、歯の痛みに関係している可能性があります。ために顎や頬あたりの咀嚼筋をグリグリと押圧してみてください。その際に歯の痛みが再現されるようであれば、咀嚼筋のこわばりが原因であると思われます。

Q 咀嚼筋はこわばりやすい筋肉なのでしょうか。

A はい。たとえば顎の関節は、しゃべったり、咀嚼したりする動作で、1日に2000回ほど開閉しています。そのうえにガムを頻繁に噛む、歯を食いしばるといったさらなる負荷が加わると、筋肉が過剰に緊張することも十分ありえます。

Q 咀嚼筋を治療すれば、歯の痛みも改善されるのでしょうか。

A 咀嚼筋が痛みの原因である場合、そのこわばりを施術することで、自然と歯の痛みもなくなります。比較的治療効果が出やすい症状なので、予後は良好です。

Q 「奥歯が痛いのに歯科医を受診しても原因がわからなかった」といった方は、ぜひ筋肉治療の専門院を訪ねてみてください。思いのほかスムーズに除痛されるかもしれません。

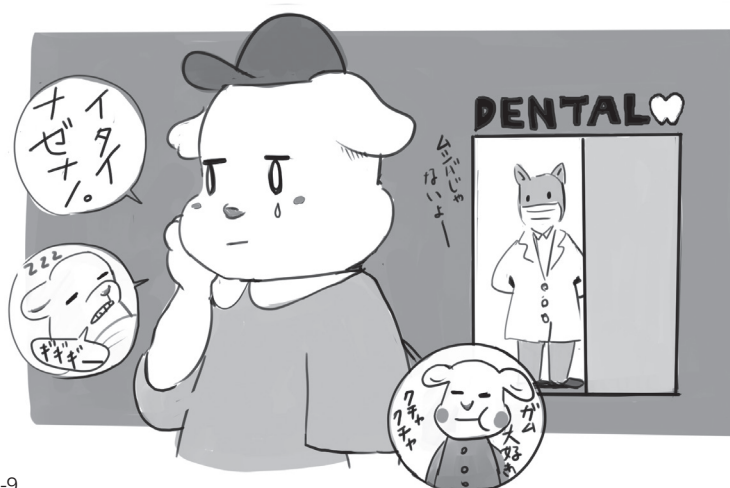
Q 咀嚼筋のこわばりは歯痛以外にも影響をおよぼすのでしょうか。

A 咀嚼筋にトラブルを抱えている場合、首や肩の筋肉もこわばっていることが多いので、首痛や肩こりを併発することもあります。また、側頭筋も咀嚼筋のひとつですが、サイズの小さい帽子をかぶり側頭部が締め付けられることによつて、頭痛を引き起こすこともあります。こういった場合も内科領域では原因不明の痛みと診断されてしまいがちです。その際には咀嚼筋の異常や筋肉治療のことを思い出してみてください。

Q 予防法などはありませんか。

A 顎や頬、側頭部などに違和感や痛みが生じたら、セルフマッサージをするといいでしょう。指先で気になる箇所をグリグリと押すだけでも筋肉のこわばりを和らげることができます。それでも頻繁に咀嚼筋がこわばってしまう場合は、生活習慣にも注意を払い、定期的な筋肉治療を受けるようにしてみてください。

「ふるかわぶんと」 1973年生まれ。大学卒業後、柔道整復師の国家資格を取得。厳しい研修生活の後、複数の整骨院で分院長を経験。2006年12月に、痛み専門、筋肉治療専門のソフィア整骨院を開院。



【問い合わせ】
ソフィア整骨院
●〒166-0012 東京都杉並区和田3-58-9
パークサイド東高円寺1F
☎03-3314-1276 <http://sophia-seikotsuin.com>
イラスト:丸子万葵