

「すばらしい笑顔を！」

歯医者さんが話したがらない

日本の矯正治療の本音」

く非抜歯矯正で快適生活！く

インプラント・矯正健康増進会

著者 太子 裕仁

## はじめに

「ほかの人も、こんなに歯並びで悩んでいるんだろうか」

何度、心の中でつぶやいたことでしょうか。

歯並びの乱れって、本当に気になりますよね。

歯並びの乱れは見た目が悪いだけじゃなく、人前で口を開けて笑えない。第一印象も良くないし、虫歯や歯周病になりやすいし、よく噛めないし、発音がしにくい。

子供においては、頭脳が正しく発育せず、運動をするにしても、奥歯ががちりと噛んでいない子供の成績は良くないといわれます。

「このままずっと歯並びで苦労するなんて絶対イヤだ！」

先生に矯正治療を相談してみようかな」

そう思いつつも

「矯正治療なんて知り合いにやっている人もいないし、  
本当に大丈夫なのかなあ……」

そんな期待と不安の中で、何を判断基準にすればよいのか  
わからない、と感じているのではないでしょうか？

この小冊子のなかには、歯並びを良くする治療法について、  
「何を判断基準に？」、「どうすれば良いのか？」といった、  
あなたに必要な情報がたくさん詰まっています。

実を言うと、この本は本屋さんで売っている当たり前の  
ことしか書いてない本とはまったく異なります。

なぜなら、あなたが本当に知らなければならぬことは、  
**歯科業界の超極秘情報**なのですから。

この小冊子を読み終えたとき、あなたは

- 抜歯矯正や床矯正のような、これまで歯医者さんで普通に行われてきた治療法が、どのような弊害を与える可能性があるのか？
- なぜ今、非抜歯矯正の時代なのか？
- 歯並びは治さないといけないものなの？
- 矯正治療は、歯を抜く？期間が長い？食事ができないほど痛い？
- 賢い矯正の方法とは？

など、いま悩んでいる歯並びに関する疑問を解決できるよ

うになります。

そして、歯医者さんの説明に惑わされることのない判断基準を得ることができるよう。

**「先生、矯正治療って歯を抜くし、期間が長いし、すごく痛いし、金額も高いんですね？」**

と、患者さんからよく言われることがあります。

以前、他の歯科医院で、「先生にまかせるので、矯正治療をしてください」とお願いしたら、「歯がアゴにおさまりきらな  
いから、犬歯の奥の小白歯を抜歯しないと治らない。期間は  
3〜5年。治療費は80万円。」といわれた患者さんがいらつ  
しゃいました。

80万円もする矯正治療！

しかも、相談料、見積料、毎月の調整料・監視費用などは

別途に数十万円！

手 小臼歯を4本も抜歯するのが日本の矯正専門医の一般的な手法です。

し かし、小臼歯の4本抜歯は、必要とするスペース以上に  
な り、そのため余ったスペースを封鎖するのは容易ではありません。  
ま せん。3〜5年といった年月が成人矯正では必要になります。  
す。歯をたくさん動かすため、痛みも強いのです。

し かも歯は、生きていくうえで絶対に必要である心臓や胃腸のような臓器と同じで、毎日の生活に欠かせないものです。  
臼 歯は全部で16本ありますから、4本抜くと12本。実に25%の歯を抜くことになり、噛む力が少なくなり、特に小臼歯は、全体の噛みあわせのバランスを保つのに一番大切なところ。こういう大切な歯を抜いて矯正することは良い方法ではありません。

もし、身近に自分の歯があまりない方（祖父母さんなど）がいらっしゃいましたら、歯を失ったことによる不自由さを聞いてみてはいかがでしょう？

歯並びで不自由している患者さんなら誰でも、「保険がきかない高い矯正専門医の治療なら、きれいな歯並びを取り戻せるんじゃないか」と、大きな期待と夢を抱き、また一方ではそれと同じくらい大きな不安を感じているようです。

- ・ 先生を信頼したいけど、本当にきれいな歯並びになるんだろうか？
- ・ 高いお金をかけたとしても、その後の保障はどうなるんだろうか？
- ・ 矯正治療ってどのくらい期間がかかるんだろう？
- ・ テレビや雑誌で矯正治療の失敗例をみたけど、本当に大丈夫

夫？

あなたが真剣であればあるほど、不安は増すばかりです。

ですから、この小冊子を読んで下さっている方だけでも、しっかりと歯科治療の判断基準を持ち、明確な知識をもっていただきたいのです。

そのために、私は総合歯科医として、また非抜歯矯正医として、あなたに伝えなければならぬことを一生懸命に書きました。

非抜歯矯正で明るい笑顔を取り戻すか、それとも良くない歯並びで一生我慢するのか。



ぜひ、この小冊子を読んであなたの悩みを解決して欲しい  
のです。

人前で大きな口を開けて笑うことができない、口元が気になつて人と話をするのがイヤ、虫歯や歯周病になりやすい、若さと美しさと噛み合わせを良くして、おいしく食べられるようになりたい、など、歯並びが良くないために出来なかつた楽しみをもう一度、非抜歯矯正治療で取り戻してみてください。

2010年1月

非抜歯矯正専門医 太子 裕仁

## 第1章 あなたはアメリカでは「非抜歯矯正」

### が主流であることをご存じでしたか？

もしあなたが歯医者さんで「そのままでは歯があごに収まりきらないと説明され、いきなり小臼歯を4本抜歯して、矯正治療を受けている」としたら、それはとても危険なことです。

抜いた歯は元に戻ることはありません。もし、抜かずにきれいな歯並びにできるとしたら、大変なことをしたことになります。

歯を抜くと、歯を移動させる量が多くなり、後戻りの原因になりやすくなります。成人矯正で抜歯をすると、無理な力で歯を動かそうとしますから、大変痛い思いをしなくてはな

りません。

顎間（がくかん）ゴムという、歯と歯にゴムをかけて引張る矯正具を使用しますので、歯周病が進行しやすくなります。

それだけではありません。歯を4本も抜くと歯列弓が小さくなってしまうから、口元に若さがなくなってしまうです。ピチピチ感がなくなり、ダランとした感じになります。

アメリカの進んだ治療法では歯を抜くことは極力しません。いろいろなデメリットが生じ、その人の一生のことを考えると、審美的にも健康面からも問題が多いからです。

目先のことだけを考えて歯のデコボコが治ればよいということではなく、その人の一生の健康と美しさの両方が保たれる必要があると考えるべきです。

歯を抜くとどんなデメリットがあるのか、主なものをまと

めてみました。

〈抜歯による矯正のデメリット〉

- ① 歯の移動量が大きくなり、歯周組織に害をなすことが増大する。
- ② 口腔容積が小さくなる
- ③ ②のために発音がしにくくなる。か弱い印象の顔になり、活発な発音ができなくなる
- ④ ②のために就寝中、舌が奥に落ち込んで気道が狭くなり、いびきをかきやすくなる。
- ⑤ 歯の数が少なくなるので、噛む面積が小さくなり、噛む機能が下がる。集中力が劣ることもある。
- ⑥ 前から4番目の小臼歯は、前歯と奥歯の橋渡しをして連続性を保っているが、その連続性がなくなる。
- ⑦ 歯槽骨（歯を支える骨）が陥没し、歯が動きにくくなる。
- ⑧ 上あごと下あごのかぶさがりが深くなりやすい。
- ⑨ 治療期間が長くなる。

- ⑩ 良い歯まで抜いてしまうため、大きなすき間ができ、無理に強い力で動かそうとするため、痛みも強まる。
- ⑪ 根の吸収が生じやすい。
- ⑫ 正常な歯列（歯並び）は楕円形だが、抜歯矯正は丸い形になるため、口元が引っ込み、老人のような顔つきになる。
- ⑬ 歯を抜く矯正は、70年以上前の方法であり、最新の方法ではない。
- ⑭ 顎の関節に負担が強くなり、問題を生じる。
- ⑮ 下あごの位置が安定しなくなりやすい。
- ⑯ 歯間にすき間ができやすく、長い目でみると美しさや健康に問題が出てくる。

アメリカでは1930年ごろから90年ごろの間までは「歯を抜く矯正」が行われてきました。しかし、過去の反省に立って研究が続けられ、今では抜かない矯正治療法が確立しています。

仮に抜くとしても、まず抜かない方法でやってみて、限界を超えたときだけ抜歯し、その場合も最小限にとどめます。日本のように、1本の歯がデコボコであるというだけで、最初から上下4本の小臼歯を抜くことはしません。

**歯を抜く矯正は前歯6本だけのことを考えているのに対し、歯を抜かない矯正は顔全体と笑顔と健康のことを考えています。**

歯を4本抜くことで、健康への影響も少なくありません。

このほかにも、歯を失うとまだまだ多くのデメリットがあげられます。

そういった意味でも私は、歯を抜かない非抜歯矯正をすすめるべきだととらえています。

ところで、アメリカなどでは、特にビジネスの場面で、「肥満と口元の悪さは自己管理ができていないから」と、入口か

らシャットアウトされるケースもあるそうです。

そうしたことから「**教育と歯並びは親の責任**」との考え方が根付き、今では矯正治療を受けるのは当然のこととなっています。

保険が使えないという部分では、経済的に大変なことでもありますが、一生のことを考えると決して無駄な投資ではないというわけです。

悪くもない歯を抜く矯正では、噛み合わせの面積が少なくなり、見た目だけのものと言われても反論できませんでした。

しかし、**抜かない矯正は歯の治療の一環**ですから医療費控除の対象になるのです。

残念ながら、歯を抜く矯正は、日本のほとんどの歯科医院で、ごく普通におこなわれているのが現状なのです。

あなたは、この矯正歯科医療の現実を知っていましたか？

## 第2章 「矯正治療の方法によって、頭の良くなる方法と、そうでない方法がある」って本当？

第1章で「小臼歯を4本抜歯する矯正はデメリットが多い」というお話をしました。

小学生時代にする矯正治療の考え方はいろいろあって、多種多様な方法が取られています。そこで、本当はどうなのか：・ということになります。そこで、本当はどうなのか：・というのが患者さんの思いではないでしょうか。

じゃあ、歯を抜かない矯正なら、何でも安心なの？  
当然、そう思いますよね。

そのなかの一つが、ワイヤではなく入れ歯のような取り外



しのできる**床矯正装置**を使用して歯を動かす方法。

しかし、そのような入れ歯を口の中に入れておくため、発音がしにくく、装置の厚みで舌も下がりますから、口呼吸になりやすいのです。

口呼吸は万病の元になるだけで危険です。

しかも、大方の場合、**顎(あご)を広げる**という触れ込みで、奥歯を横に押し広げますから、本当に奥歯が嚙(か)み合わなくなるケースが多くあります。

こうなると一生噛み合わせがおかしくなり、場合によっては生涯悔いを残すことになってしまふのです。こうした奥歯を横に広げるようなりスクのある方法は避けるべきだと、私は考えます。

しかも、床矯正装置では、前歯のガタガタはうまく治りま

せん。

治療期間だけ長くなり、悪い症状が出て、結局はブラケット（ワイヤの止め具）を用いる方法で治すことも！。十分に気を付け、矯正の知識を持つことが大切です。

現在、日本で行われている矯正治療の方法は、30以上あります。その中には100年も前の方法から最新の方法まで混在しています。学問上の流派は、アメリカ型とヨーロッパ型に2大区分されます。

ヨーロッパ型の矯正装置は、入れ歯のようなプラスチックの台が付いているタイプと、内側から1mmくらいある太いワイヤで固定するタイプがあります。アメリカ型は、歯の外側に金属のブラケット（ワイヤを結びつけるための止め具）を特殊な接着剤で張り付け、細いワ

イヤで動かしてゆくというもの。ブラケットには金属製のほか、目立ちにくいセラミックやプラスチックもあります。

ワイヤにしてもアメリカ型はどんどん進化し、進歩していきます。しかし、ヨーロッパ型は100年前のものから70年前のもので、進歩していません。

最近の主流は全てアメリカ型と思っていただけでもよいでしょう。

アメリカ型の特長は、細かいところまでコントロールできる点。これに比べてヨーロッパ型は大ざっぱなことしかできません。

しかも、最近の研究から、ヨーロッパ型では「後（あと）戻り」が激しく、アメリカではほとんど行われていないことが分かってきました。それどころか、ヨーロッパの国々でもアメリカ型の方法に切り替えているのが現状です。

また、床矯正装置に用いる「エクスパンジョンスクリュー」という歯列を拡大する器具は、ほとんどがドイツで作られています。そのドイツでの矯正がアメリカ型のブラケットに変わってきているのです。

こうしたことから、**アメリカ型のブラケットとワイヤの組み合わせが現在のベストな矯正治療の方法だ**ということなのです。

さて、本題に戻りましょう。

矯正の治療方法によって**頭の良くなる方法**と、そうでない方法があるときつと驚かれることでしょう。このことは、現実に起こりうることなのです。

嚙（か）み合わせと脳との関係は次第に解明されてきました。特に**奥歯の噛み合せの良し悪しが脳を刺激したり、脳の発育を助ける**ということが分かってきたのです。

運動選手などでも成績の良い人は奥歯の噛み合わせがガツチリとしています。元巨人軍で大活躍した王監督などは、強く噛みしめて奥歯がすり減ってしまっているといわれたほどです。ここ一番という時の集中力は奥歯の噛み合わせが大切なことの証明にもなります。

噛み合わせがよく、歯と歯の接触面積が大きければ食べることにも十分にできます。その上、歯を伝って脳に刺激を与えることも分かっています。

ところが、小臼歯を4本も抜歯すると奥歯の噛む能力と接触面積は大幅に減少。場合によっては噛み合わせ自体が狂ってしまうこともあります。歯を抜いて行う矯正は後戻りしやすく良いことはほとんどありません。

歯を抜かないからこそ奥歯の噛み合わせを壊すことがないので、歯を抜かない矯正をするべきなのです。

頭の良い子に育てるには、非抜歯による矯正こそベストです。噛む面積が増えるという矯正を行うことこそ、その子供の将来のためになる一番良い方法といえます。

また、最近の学校の健康診断では虫歯だけでなく、歯並びについても検査するようになっていきます。そのため、学校健診の結果について歯並びのことも通知されています。学力向上や発音のためにも、歯並びの重要性が認識されてきた結果なのです。

アメリカでは「教育と歯並びは親の責任」といわれるぐらいに口元について強い関心を示しています。

日本ではあまり気にしないくらい歯並びの乱れも、アメリカでは矯正治療によって直すのです。

このため、4人のうち3人が矯正するといわれるぐらい矯正は一般的になっていきます。

アメリカは個人主義の国です。個人の能力を最大限に尊重しますから、こうゆうことになっている面があります。

日本もグローバルスタンダードという言葉のように国際的な考え方になってきています。今後、大学に入学したり、スポーツ選手として良い成績を残すことなどは一生を通じることでですから、矯正の大切さが認識されてきたのだと思います。

特に奥歯は大切です。**噛(か)む面積によって脳の働きが違う**といわれています。噛み合わせる面積が小さくなる臼歯を4本も抜歯する矯正治療には問題があり、また、側方拡大という奥歯を広げる床矯正の方法も噛むところが減少するものです。

すべての歯をできるだけ保存して矯正する方法と歯列を横に広げない方法が、新しい矯正治療として注目されています。

**この事実を抜歯矯正や床矯正をする前に、もしあなたが知っていたら、歯並びを治す治療法として、はたしてそのような矯正方法を選択するでしょうか？**

わたしは歯科医として、非抜歯矯正医として、正しい情報をお伝えする義務があります。

適切な情報をお伝えすることなく、「歯が並びきらない」とか、「取り外しが出来て簡単だから」という安易な考えで、歯科医が患者さんのお口を悪くしている可能性があることが残念でなりません。

ヨーロッパやアメリカでは、審美や矯正に関する認識が非



常に高く、日常生活の中に定着しています。

審美歯科に対する考え方は「スマイル」。友好的で好印象を与える手段は「スマイル」が一番だと言えるでしょう。

その笑顔を効果的に、魅力的にするのが「白く美しい歯並び」です。

女性がビジネスの社会で活躍する中で「白く美しい歯並び」は大切なツールの一つになっています。

コミュニケーション一つとっても**笑顔の重要性**が分かると思えます。それだけではありません。

良く噛めるということは健康な体をつくりますし、良く噛めるということは脳に刺激を加えます。脳の老化を防止し、若々しさを保つことにもなります。

子供であれば、脳そのものの成長を助け、賢い頭のよい子になることでしょう。心理的にもコンプレックスがなくなり、

自信に満ちた人生を送ることができるとのことです。

審美歯科というのは、顔の中でも重要な地位を占める口元と美しい歯並びを欠いて語ることはできません。

自然で美しい口元は歯を抜かない矯正ですることができません。歯は全てそろっていてもこそ正常なものですから、大切な歯を抜く治療というのはよい方法とは思えません。

**自分の歯を大切にしてこそベストの状態にできるのです。**

「このままでは歯が並びきらないから、小臼歯を抜いて矯正しましょう」

矯正歯科治療のプロがそう言うわけですから、患者さんはそれを信用して抜歯矯正を選択するわけです。

ところが、この治療が12ページに記載したような結果につながる可能性があります。

何度も言いますが、これが日本の歯科医院で普通に行われている矯正歯科治療の現実なのです。

歯の役目とは、**前歯が見た目の美しさと発音**で、**奥歯がよく噛むことと顎の安定による集中力の向上**なのです。

有名なプロ野球選手で前歯が揃っていない人は多くいますが、スポーツ能力は素晴らしいものがあります。大リーグの日本人選手にも前歯の並びが少しおかしいと思える選手もいますが、顎の発育と奥歯の噛み合わせは素晴らしいでしょう。

アテネオリンピックでメダルを取った選手の中にもいます。かつての短距離界の王者だったカール・ルイスは、矯正のブラケットをつけてソウルオリンピックに出場しました。

このように個人の能力を發揮し、学力やスポーツ能力を向上させるには、奥歯の噛み合わせが重要であると言えるでしょう。そのためにも前歯と奥歯の違いを十分に理解し、学力向上に役立たせるべきです。

前歯がきれいに並んでも奥歯を4本も犠牲にする方法での矯正治療は再考しないといけないわけです。横に押し広げるという床による入れ歯式の拡大矯正もまた、奥歯を傾けるだけです。つまり、奥歯を抜いたり、横に広げる方法は、私としては学問的にも少しおかしいと考えます。

「歯並びを良くする治療」と言いながら、確実に歯を失い、全身にも影響を与える可能性がある。あなたは、まだそんな治療を選択しますか。

### 第3章 私がこの小冊子を書こう

#### と思った理由

「非抜歯矯正であなたに幸せになつていただきたい」

#### 非抜歯矯正に対する想い

非抜歯矯正をこなすためには、それなりの知識とアメリカの器具・材料とテクニクが必要です。

歯列矯正といつてもいろいろなやり方があるのです。近代矯正の歴史は100年ぐらいなものです。技術的なテクニクは日進月歩です。そのため、新しいテクニクと古いテ

クニックが混在していて、30を超す術式が行われているのです。

アメリカでは非抜歯という抜歯をしない方法が主流ですが、日本では抜歯をする矯正が中心で、一般的には小臼歯という犬歯のすぐ奥の歯を4本も抜歯します。

私もこれからの自分の将来のためにもたくさんの矯正治療のセミナーに参加しました。そこで驚いたのは矯正テクニックの進歩です。

以前は矯正治療を学ぶためには、大学卒業後、大学の矯正歯科の講座に入局して、何年もかけて学んでいく専門性の高い分野とされていました。今でも教育機関であり、ビジネスに経験を積ませるところであるという性質上、大学では抜歯矯正の牙城と化しているかもしれません。

しかし、最新の歯を抜かない矯正治療は、咬み合わせも虫歯も**歯周病も総合的に理解して治療できる一般開業医向きの治療法**なので。

普通の開業医が普通に非抜歯矯正で治しているのを観たときは衝撃的でした。

セミナーでみた一連の矯正治療の流れと患者さんの様子。そして、矯正治療から**ほぼ1年後**、自信をもった患者さんの健康的ですてきな笑顔。

「**自分の患者さんにも、こんな笑顔をつくってあげることができたらいいな**」、心の芯からそう思いました。

これまで歯を抜かないと治らないと思われていたことが、歯を抜かなくても治せるようになっていきます。あごの成長と歯の関係が十分に分かっていかなかったからで、それが解明さ

れた現在は、抜歯はほとんど必要なくなり、美しい歯並びをつくれるようになりました。

「歯を抜いて矯正しなくてよかった」と喜ばれています。

これまでの矯正治療の経験から、私なりに傾向を見てみると「**自信は美容から**」という言葉が浮かんできます。

口元にコンプレックスがあると内気になり、人前で大笑いできなかつたり、口元を隠して笑っていた―という人がほとんどでした。

笑うということは、人生を楽しく生きる基本なのですが、それが逆に重荷になっていたわけです。

しかも、矯正治療は「**歯を抜く**」「**治療期間が長い**」「**食事ができないほど痛い**」といった情報を耳にしており、そういったことが恐ろしいからと矯正開始が延び延びになっていったというケー



スも多く聞いています。

ところが、これらを全てなくした方法で、中でも歯を抜かない矯正があることを聞いて思い切ることができ、矯正をした成人の患者様がいます。

元々きれいな顔立ちでしたが、歯並びが悪いために人前で笑うことが出来なかったというのです。

矯正治療後、口元が美しくなったことでコンプレックスがなくなり、自信を取り戻されました。

美しい口元になったら服装もあか抜け、**笑い顔にも自信を持つことができます。**

さらに、矯正治療の期間は1〜2年と短く、そのため転勤族の方にも適していると言えるかもしれません。

美しさを取り戻し、自信をつけることができるといふこの  
パワーの素晴らしさとともに、いかに口元が美容の基本中の  
基本かということを教えてもらいました。

ある高校生は1年できれいな歯並びになり、噛（か）み合わ  
せの改善と美しさのため自信が生まれ、優秀な成績も収めて  
います。

やはり、人の自信と能力開花の基本は歯並びと口元にある  
とつくづく感じました。

非抜歯矯正できれいな歯並びと健康と笑顔をとり戻すこと  
ができたことをとても喜ばれ、友人にも非抜歯矯正をすすめ  
てくれたことは、どれほど満足してくれているかがわかりま  
す。

また、人の顔には「二つの顔」があります。  
一つは活動しないときの顔、つまり笑っていない顔です。  
もう一つは笑ったり食事をするなど、活動しているときの顔です。

笑っていないときの顔は、目や鼻筋や口の形などによって決まります。

笑いだすと目は細くなり、主役を口に渡します。

歯は見えますし、唇も動きだし、発声などいろいろと活発化し、主役が口元に移ってしまいます。

このとき、美しく整った歯並びこそ主役のさらに中心となるのです。

歯並びが悪いと笑顔に自信を持たず、そのことからコンプレックスを抱く人がいます。

歯を抜くことで全てがマイナスに作用してしまう人もいるだけに、そういった人は歯を抜かない矯正を考え”健康美人”を目指そうではありませんか

**歯を抜かない矯正で失った生活をとり戻していただきたい。**

**そして、歯並びが悪いことで失った好きな食事、楽しみ、すてきな笑顔、前向きな気持ちを再び手にしてほしいのです。**

生意気ながら、そんな気持ちを込めながら、いまこの小冊子を書いています。

ぜひ、歯を抜かない矯正を体験された方のお話を聞いてみてください。

「歯を抜かない矯正にして本当に良かった」、そんな患者さ

んとお話しするたびに、もつとこの喜びを他の患者さんにも伝えてあげたいと思うのです。

ちなみに、当院のスタッフにも私の弟にも、非抜歯矯正をしてあげることができました。

**歯を抜かない矯正はきれいで健康的な歯並びをとり戻すだけじゃなく、自信や生活習慣までもとり戻すことができる治療法です。**

私は歯科医として、非抜歯矯正医として、歯並びに悩みを持つ方々にこれから一人でも多くの喜びと幸せを提供したいと思っています。

## 第4章 なぜ非抜歯矯正を選択したのか？

**あなたの非抜歯矯正体験談をお聞かせ下さい！**

まずは私の歯科医院で非抜歯矯正を体験された

患者さんの声をお聞きください。

娘は顎が小さいため、永久歯が生えてくる際、スペースがせまく、横から出てきました。

歯を抜かない矯正をしてから、身長が伸びるように顎も成長し、歯並びも少しずつ変化していきます。

先生がおっしゃるように、高校生になってからでは、奥歯が固定されてしまい、矯正に時間がかかってしまうそうですが、小学生から中学生にかけての永久歯の生えそろう時期ですと、痛みもそれほど強くなく、時間も短くてすむようです。

とても良いタイミングで矯正治療を受けられ、本当に良かったと思っております。

美しい歯並びになってきています。

もちろん、いい先生に出会えたことに感謝しています。

(10代の娘さんが矯正治療中のお母様より)

## なぜ世界中で非抜歯矯正を

### 希望する患者さんが増え続けているのか

歯並びをきれいにすることは人生を幸せにする大きな要素の一つです。嚙（か）むことは動物の本能ですし、顔の表情は“きれいな”を左右するわけです。

“第一印象”という言葉があります。これはコミュニケーションのため大きな役目があります。直感的に好印象を与えらるというこのインスピレーションは、顔と服装が重要となります。

顔の中心になる目と口元の良さが、その人の性格を表すともいわれます。子供のときは、その子の能力を最大限に発揮



できる能力の開発が大切になります。そのために自信のつく環境をつくるのが大切で、幼い時のコンプレックスは一生付きまとうかもしれません。

アメリカでは、**教育と歯並びは親の責任**という言葉が良く使われますが、まさにそのとおりでしょう。

特にビジネスの場面で、「肥満と口元の悪さは自己管理ができていないから」と、入口からシャツトアウトされるケースもあるそうです。

成人になると、社会的に受け入れてもらうための“第一印象”が何より大切といえます。その主役が目と口元です。

特に口元は、目元以上に活動的で多目的です。発音に関係しますし、咀嚼（そしゃく）機能でもあり、見た目もポイントになります。

それどころか、脳への血流を良くするという働きや顎（がく）関節症のように、こめかみを含めての痛みや精神的な安定、など役目が多すぎるくらいあります。

そのため、口元が良くなれば人生が変わる、とまで言われます。

**歯を抜かない矯正治療は年齢に関係ありません**から、いくつになってもできます。多くの成人が矯正治療によって自信と幸せを手に入れていただきたいものです。

さて話は変わりますが、なぜ女性は化粧をするのでしょうか。

それは化粧をすることが身だしなみであり、エチケットだからです。

化粧をすることを「自分の肌を見せないため」とか「化粧をすることが不自然なこと」と考えるでしょうか。

それどころか、高級品といわれる高価な化粧品を使いたい  
と考える人が多いのではないのでしょうか。

それはなぜでしょう。

外見がきれいであれば、より美しく輝くということを女性  
は男性以上に知っているからです。

美しく輝けば自信もつき、コンプレックスも取り除かれ、  
良い方向へとすべてが向かいます。

自分の能力を100%以上に発揮できるのも自信があれば  
こそです。

多くの人は、やはり第一印象で物事を考えてしまいます。

外見が良くないと、いかに高級な化粧品を使っても限界が  
あります。

だからこそ、アメリカでは、歯並びがとても大切だと考えられていて、治せるのに治さないのは経済的な理由があると思われてしまう、というほどです。

しかも、ディベートという論争の好きな国柄ですし、個人主義も発達しています。

日本もそうした方向に向かっていますから、アメリカの現実から日本の未来の姿が予想できるのです。

こうしたことが分かっている人は矯正に興味を持ちはじめ、成人になつてからも美しさに磨きをかけています。

### **治療期間も一昔前に比べて非常に短くなってきた日本。**

その矯正の進歩は、歯科の世界ではトップクラスです。

矯正治療において一番新しい方法を用いるところと、旧態依然のところでは今、大きな技術差となつてきています。

また、美人と不美人では美人の方が何かにつけてチャンスが多いのではないだろうか。

そして、美人のために大切な基礎となるのが歯ならばだと考えます。

これは人の顔の中で、目と鼻と口が美しさの基本になっているからです。

「美しい人」というと一般的に笑っていない人の方が多いようですが、本当の人の良さ（美しさ）は笑うということにあると思います。

笑うことができるのは動物の中でも人間だけといわれています。

「表情が豊か」というのも人間だけのものといえるでしょう。

これらは複雑に絡み合った筋肉が顔にあるからできる作用です。

ところが、歯ならびが悪いと筋肉の伸び縮みがうまくゆかず、笑うと顔が曲がってしまうことになります。

また、笑うと歯が見えますが、これがきれいな放物線になりません。

メイクをするにしても、下地である顔がゆがんでいたのでは、美しい化粧顔にはなりません。

笑うということは美人の魅力を倍増させますが、コンプレックスを感じ笑うことができなければ、逆の作用になってしまいます。

メイクのためにも、笑うためにも、また発音のためにも、美しい歯ならびは必要条件となるのです。

歯並びが悪いイコール何かとチャンスに恵まれないと感じるなら、悪い歯ならばを治しましょう。

現代では、歯を抜かなくても美しい歯並びに治せます。

特に最近の研究で、成人でもほぼ1〜2年で、歯を抜かなくても治せる技術が広まってきています。

人生は一度きり。

その美しさは一生使えるのです。

わたしは大病院で歯の研究をしているわけではなく、開業医ですから、みなさんのお口の健康を毎日一番身近でみているわけです。

長年お付き合いのある患者さんなら、カルテをみるとその歯がどのような状態で治療を始め、どのように治療を終了したのか一目でわかります。

歯科医なら私だけじゃなく皆、患者さんの健康を願っています。自分の医院に来院された患者さんが無事治療を終え、明るく活力ある生活を送れることを期待して毎日治療しているのです。

歯並びが悪いままの生活だと、虫歯や歯周病になりやすいだけでなく、コンプレックスもあるわけですから、精神的にも不安定で、さぞ憂うつな生活を送っていたことでしょう。

そんな生活を「歯を抜かない矯正」が、充実したものに変わったのです。

これこそが世界中で非抜歯矯正が増え続けている一番の理由であり、わたしが非抜歯矯正に力を入れるきっかけになったものです。

歯が健康でなければ、体の健康も守れるわけがありません。



今後、歯並びの治療法はますます非抜歯矯正が主流になっていくはず。なぜなら、現在残っている歯やあごの骨を守る矯正治療法は、非抜歯矯正以外ほかにはないからです。

ぜひ、この小冊子を活用していただき、歯科治療に対する明確な判断基準を持っていただきたいと思います。

それでもあなたは、まだ非抜歯矯正について「本当に大丈夫なの？」と疑っているかもしれない。

しかしあなたが真剣なら、良心的な歯医者さんは必ずそれに応えてくれるはず。

安心して相談できる歯医者さんを早く見つけて、非抜歯矯正ですばらしい笑顔をとり返すことが実現するよう心から願っています。

## 第5章 矯正治療で失敗しないために

「矯正治療ですばらしい笑顔を取り戻したい」

でも絶対失敗したくないですよね。

ここまでお読みただくと、

- ・ それじゃ、いつごろ子ども歯並びを相談するのがベストなのか？
- ・ 矯正治療のプロをどうやって見分ければいい？

そんな疑問が出てくるはずですよ。

そこでこの章では

- ・ お子さんはいつごろ歯並びの検診を受けるといいのか？
- ・ どうやって矯正治療のプロを見分ければいいのか？

・さらに、矯正治療について知りたいと思われる疑問について説明していきましょう。

乳歯は生後6カ月くらいから生え始め、2歳6カ月くらいで20本すべてが生えそろいます。

3歳や4歳で歯並びの悪い子供はほとんど見掛けません。そもそも自然できれいな歯並びになるようになっていくのです。

6歳で生える大臼歯は歯の中で一番大きく、一番大切な歯です。

この**6歳臼歯は噛(か)み合わせの中心となる歯で、この位置が正しいことが重要です。**

ほとんどは上下の6歳臼歯が正常な噛み合わせになるようになっていきます。

ところが、6歳臼歯が異常な位置に成長してしまふと、後々、虫歯やおかしな癖が出てくるのです。

**虫歯を放っておくと子供のときの歯並びが狂ってしまうのです。**

また、おかしな癖とは、指しゃぶりや舌を出す行為。

出っ歯で、開口（歯を噛みあわせても、前歯が開いて噛みあつてない状態）という二重の不正咬合になります。

歯が生えるすき間がないからといって歯を抜くことも避けたいものです。

なぜなら子供は、ある時期から急に成長する子供もいるのです。

歯の本数はできるだけ多いことが子供にとって大切なのです。

入れ歯型の器具を使い奥歯を広げる // 拡大床（かくだいし

よう）“ と呼ばれる方法も行われていますが、奥歯を広げて前歯が良くなるわけではありません。

要は子供の成長を信じて、できるだけ自然な状態を保つことです。

**小学校2年生くらいで6歳臼歯と前歯の異常を正しておけば、それほどひどくなることはありません。**

子供の能力を考えると、まず噛み合わせがどうかを見てやりましょう。

そして成長というバランスで総合的に矯正を考えることが大切です。

最近、口からの健康が見直され「食育」という言葉もできました。

子供の食習慣は生涯を左右するほど大切なことですし、よく噛むことで唾液もよく出て味覚も発達します。

噛むことから消化は始まりますし、生命力の源である唾液ホルモンの分泌も良くなります。

子供の本格矯正は、小学校5、6年生のころ、すべての乳歯が生え変わってからでも手遅れではありません。

そのことよりも重要なのは、永久歯を抜いて治療する矯正は避けること。

乳歯も自然に抜けるのを待って矯正に着手しても良いのです。

その理由は、小学生のころは体の成長が一番激しい時期で、頭も顔も大変成長し、大きくなっていきます。

このとき、成長という自然のメカニズムを忘れて抜歯をするのは、歯を支える骨（歯槽骨）の成長を妨げるといふ観点から考えても好ましいこととは言えないでしょう。

きれいで若さを保て、その上賢いことは大切ですが、それ以上に大切なのが健康です。

噛む行為は奥歯ですることですから、これを4本も抜歯するとどういう状態になるでしょうか。

健康を台無しにしているのに等しいことになるでしょう。従って、体や顔つきが弱々しくなり、脳も活発に働かないのではないのでしょうか。

小学生が低学年で矯正をする必要があるとすれば、上下4本ずつの合計8本も前歯が異常な場合です。

また、生え方が明らかに異常な状態のとき、反対咬（こう）合という受け口のととき、激しい出っ歯のとき——くらいです。

## 【矯正治療のプロを見分ける5つの質問】

今あなたの歯並びをきれいにするために矯正治療を検討しているなら、歯医者さんに次の5つの質問をしてみてください。

### 〈質問1〉

その歯科医院で行っている矯正治療は、「歯を抜く矯正」なのか、「歯を抜かない矯正」なのか。

（期待する答えの例）

歯を抜くと咬み合わせがくるいします。一度抜いてしまうと2度と生えてきません。

歯を抜かなければ、歯は残るし、痛みも少なく、早く治ります。抜いて矯正した場合よりも、すこぶる良く咬めます。



基本的に「歯を抜かない矯正」であれば申し分ありません。

### 〈質問2〉

**矯正治療は痛くないのか。**

（期待する答えの例）

ワイヤー交換のたびにすごく痛みを感じると言われていますが、それは50年以上前の方法である抜歯矯正の特色です。歯を抜かない矯正は、歯を動かす量が少ないため、痛みが最小限です。

### 〈質問3〉

**治療期間はどのくらいかかるのか。**

（期待する答えの例）

歯を抜く矯正では2年から5年が治療期間の平均です。

入れ歯式の奥歯を広げるといふ方法では、5年から10年という治療期間が平均です。歯を抜かない最新の方法では、子供で6ヶ月〜1年前後、成人で1〜2年が平均的な治療期間です。

#### 〈質問4〉

**矯正治療に年齢は関係ないのか。**

（期待する答えの例）

小学生から中学生が一番ベストの年齢です。しかし、何歳からでも矯正治療は可能です。60歳以上の人も行っている人がいます。

#### 〈質問5〉

**治療費はどのくらいかかるのか。**

（期待する答えの例）

「歯を抜かない矯正」は、短期間のうちに安全に治りえますから、治療費も合理的、明朗会計で安心して治療を開始できます。

最初から料金を明確に提示し、治療期間もどのくらいでと答えられれば申し分ありません。

費用を1つずつ細かく分けて総費用が分からない医院がありますから、十分に気をつけてください。最初に安いことを言われても、治療期間が5年ともなれば、調整費だけでも何十万円となります。

よくあるケースとしては、「顎を広げると言って治療費は10万円だと言いなから調整費も毎月払い、2年後くらいに抜かなければならないと言われ、その費用が70万円だと言われた」などという話があります。合計すると100万円以上になるという話もあります。

これらの質問に対する答えが十分であると判断できれば、その先生に矯正治療をお願いすれば良いでしょう。

ちやんと納得したうえで、治療計画、治療見積りを立てていくのが一般的です。

第1章、2章ではいろいろな矯正治療の現実について驚かされたことでしょう。でもこれらの現実は、今でも普通に行われています。

歯並びで不安や悩みがあるのなら、それをいつまでもそのままにしておいてはいけません。

これまで苦勞させられてきた歯並びの悩み、いま一步前に踏み出せなかった矯正治療。どちらについても何でも打ち明けられる信頼できる非抜歯矯正医と出会えば、問題はすべ

て解決されるでしょう。

信頼できる非抜歯矯正医と出会い、一つひとつアドバイスを受けながら、そのつど不安や悩みを解決していただく。

そして、非抜歯矯正で今の歯並びの悩みから解放されること、これからの人生が明るく豊かなものにかわることを願ってやみません。

## 【非抜歯矯正治療の疑問にお答えします】

矯正治療についてよくある質問をQ&A方式でまとめました。

さらに詳しく知りたい方は、何でも納得するまでお尋ねください。

**Q. 矯正治療を始める最適時期は？**

A. 小学生から中学生がいちばん矯正治療をしやすく、早く終わることができません。

しかし、いつ治療を開始するのが一番良いかは、患者様が気になりだしたらすぐ行うのがよいでしょう。矯正治療に年齢は関係なく、何歳からでも治療はできます。ただし、年齢により、いろいろな制約が出てきますので、早めにご相談下さるほうが安心です。

**Q. 悪い歯並びを放置すると…？**

- A. ① 歯磨きが難しく虫歯や歯周病になりやすい。  
② 現在の歯並びがますます悪くなることが多い。  
③ あごの関節に負担をかけ、顎関節症になりやすい。  
④ 発音、会話に影響がでる。  
⑤ 正常な顎の骨の成長を妨げ、口元や顔のゆがみの原因となる。

- ⑥ ストレスや劣等感につながることもある。  
⑦ スポーツや勉強に集中できにくい。  
などがあげられます。

**Q. 矯正の治療期間は？**

A. 治療期間はケースや年齢により異なります。矯正治療では、害のない弱い力でゆっくり歯を動かします。小学生なら6ヶ月〜1年前後、成人なら1〜2年くらいです。

**Q. 通院の方法は？**

A. 最初の3回は1週間ごと、あとは2週間に1回から1ヶ月に1回です。

**Q. 大人でも治りますか？**

A. 矯正治療に年齢は基本的に関係ありません。いくつにな

つても矯正治療は可能です。

**Q. 歯列矯正治療ってどういうことをするのですか？**

A. 歯列矯正治療とは、一口で言えば自分の歯を動かして、出っ歯や受け口、らんぐい歯などの悪い歯並びを治して、健康的な咬み合わせと美しい口元を作り出すための治療のことです。

患者様にあった方法、装置などを使用して動かします。

**Q. 痛くないの？**

A. アメリカ生まれのチタンワイヤーを主に、最新のテクニックと器具を用いて治療しますので、痛みはほとんどありません。

**Q. 抜歯して矯正治療することもあるのですか？**

A. 原則として抜歯は必要ありません。最新のアメリカの方



法を用いて自分の大切な歯をできる限り保存します。  
その歯を少しずつつ動かして正しい位置にもっていき、健康で機能的な美しい歯並びを作ること原則にしています。

### Q. 矯正の治療費は？

A. 残念なことに、矯正治療は健康保険が適用されません。

治療費は全額自己負担となります。

医療費によって治療費は異なりますが、当院では明朗会計で治療費設定していますし、説明と見積りを出します。一応の目安として全顎矯正なら子供で25万円、成人で35万円、調整料が1ヶ月3150円です。(部分矯正はご相談ください)

### Q. 医療費控除は受けられますか？

A. 医療費控除の対象となります。所轄の税務署で手続きをとっていただければ医療費控除は受けられます。必要な書

類は領収書です。

**Q.どのような支払い方法がありますか？**

A. 医院によつて異なりますが、当医院では、現金払いはもちろん、カードによるお支払いも可能です。

当医院では使用する装置や治療期間をご説明し、治療開始前に治療料金を提示させていただきます。お支払い方法はご相談ください。

**Q.お手入れはどうすればいいのですか？**

A. 歯に装置がつくため多少ブラッシングがしづらくなりま  
す。虫歯や歯周病にならないために、定期検診と正しいケ  
アを行ってください。

そして、最も重要なことは、毎日のお手入れです。指導  
された正しいブラッシング方法で磨き、必ず定期検診を受  
けてください。

定期検診では、歯みがき指導や噛みあわせのチェックなども行い、快適な口腔内環境が維持できるようにします。

## おわりに

ここまでお読みいただき、どんな感想をお持ちになったことでしょうか。

普段、患者さんからは見えにくい、そして知ることができない歯科業界の裏側も一部書かせていただきました。

私とあなたが、どのようにすれば信頼関係を保ち、安心して矯正治療を受けていただけるかを考えながらこの小冊子を書きました。

一度失った歯は二度と生えてきません。  
現在でもほとんどの矯正医さんは抜歯矯正を提案します。

しかし、あなたが信頼して治療をまかせた矯正医さんが、  
「**アメリカでは、歯を抜かない矯正が主流なのを知らなかった**」としたら。

また、入れ歯やブリッジが、「**残された歯やあごの骨をダメにしている**」ことを知らないで治療しているとしたら、あなたは  
どうしますか。

本屋さんに行くとき、矯正治療に関する本がたくさん売られています。でも、そこには小冊子に書かれているようなことは、いつさい書かれていません。

ですから、

私があなたに、  
今まで歯医者さん自身も何の疑問も持たずに治療してきた、  
「多くの矯正治療が、どんなに患者さんに弊害を与えてきたのか」を  
伝えなければならぬと思いました。

## 非抜歯矯正は、本当にすばらしい治療方法です。

想像してみてください。

あなたが歯を抜かない矯正をすることによって、

- ・ 食事がおいしく食べられるようになった
- ・ 口元を気にせず、お友だちと話ができるようになった
- ・ 虫歯や歯周病になりやすい歯並びから開放された

- ・ 大きな口をあけて笑えるようになった
- ・ 気持ち前向きになった

これらのことが現実になったら、本当にすばらしいことだと思いますか。

わたしはあなたが、「**歯並びが良くない**」ことで、**人生の楽しみまで失ってしまった**」ことが残念でなりません。

**歯を抜かない矯正なら、良くない歯並びで失ってしまったライフスタイルをリセットすることができます。**

ですから、あなたにも**ぜひ矯正治療を検討してほしい**のです。

でも、これまで歯並びでさんざん苦勞させられてきたあなたのことです。そんな簡単に「じゃあ、歯を抜かない矯正に決めた」と、言えるわけがありませんよね。

そんなときは、信頼できる非抜歯矯正医にお任せすることが一番です。

**信頼できる非抜歯矯正医と一緒に、じっくり相談しながら、あなたが本当に納得できる治療法を受け入れればいいのです。**

これ以上、歯並びで悩む必要はありません。

一刻も早く、歯を抜かない矯正で歯並びの悩みが解消できることを願っています。

最後までお読みくださり、ありがとうございます。  
あなたの健康と幸せを心からお祈りしています。

2009年12月吉日

非抜歯矯正専門医 太子 裕仁

著者プロフィール

太子 裕仁（たいし ひろひと）

顔写真

非抜歯矯正専門医

- ・ たいし歯科クリニック院長
- ・ 日本顎咬合学会認定医
- ・ 日本インプラント学会、日本歯科審美学会、日本歯科放射線学会各会員

北海道札幌市出身。平成10年北海道大学歯学部卒業。虫歯や歯周病の治療はもちろん、インプラント、矯正、予防歯科を通して「すばらしい笑顔」をモットーに多くの患者さんの治療にあたり、口内の健康から身体全体の健康を守り、笑顔あふれる生活を送っていただくことで、当医院にかかわる全ての人々に幸せになってもらえるように日々研鑽している。



【連絡先】

たいし歯科クリニック

〒004-0021 北海道札幌市厚別区青葉町8丁目5-29

TEL・FAX 011-801-8181

平成21年12月 初版発行 ≪検印省略≫

「すばらしい笑顔を！歯医者さんが話したがらない日本の矯正治療の本音」 定価 ￥840（税込） 著者 太子 裕仁

© Copyright 2009 by Hirohito Taishi All Right Reserved.

Printed in Japan 2009