

第6回 JSP Web ディスカッション

みんなで考えよう 口腔機能「私のアプローチこれでいいのかな？」

姿勢と歯列咬合—食事姿勢について

「良い姿勢でお食事をしましょう。」口腔機能発達不全症が保険導入されてから、あちこちで目にするようになった言葉です。子ども達にとって果たして良い姿勢って何でしょう。また、その良い姿勢はどういう椅子にどう座れば可能でしょうか？

日本に椅子の文化が入ってきて、まだ 150 年余り、本格的にちゃぶ台からダイニングテーブルに変わったのは、各地に団地が出来始めた昭和 30 年代からではないでしょうか？

サザエさん、ちびまる子ちゃんの食事シーンは座卓。クレヨンしんちゃんの世代になるとやっとダイニングキッチンでの食事になります。奥行のない短頭系の多い日本人が中途半端な椅子の文化を取り入れたために、育児は混乱。

便利と言われる育児用品が氾濫しました。頭の重い乳幼児が無理やり座らされて、離乳食を食べさせられて口腔機能を発達させようとしても無理があります。

乳幼児からの姿勢発達を見直し、自座位ができるように姿勢発達を促し、舌や口腔周囲筋が最大限使えるような環境設定をすると、歯列咬合が変わります。

歯列や咬合は治療ではなく、指導でも変化します。小児歯科医として、各家庭の実情に合わせた指導ができるように、食事姿勢について改めて考えてみませんか？

掛け違ったボタンは早めに 掛けなおしてあげましょう

1



お尻が下がった状態で足をブラブラさせながらお食事をしていたので安定せず、これが齧生の原因だと考えられました。

2



椅子にすわり足はブラブラしなくなったので、歯列は整いました。けれども咬合は反対になりました。

2



歯列は整いましたが、反対の咬合です

3



3



肘を直角に曲げたときにテーブルから出る高さに座面を上げ、足裏全体が足台にがっつくようにして背もたれも起こしてテーブルとの距離はお子様の握りこぶし一つに調整しました。

* 話題提供

大阪府 中原歯科

中原 弘美