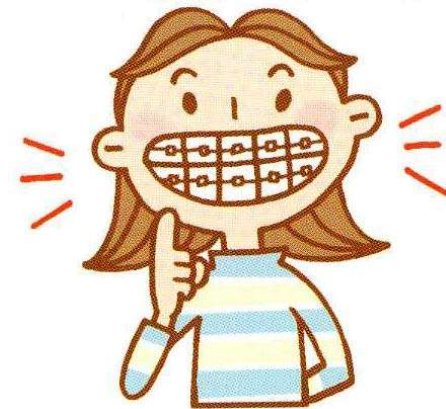
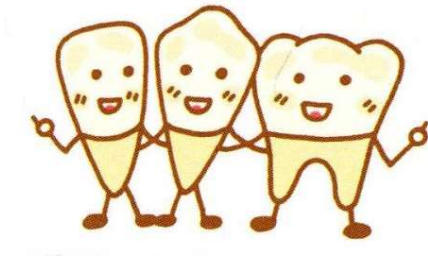


矯正装置をつけられた 患者さんへ



矯正治療では、
歯医者さんに来た時にだけ、治療が進むわけではありません。
歯は毎日少しずつ動くので、
あなたが、家にいるときにも治療が続いているのです。
あなた自身も治療に参加していることを覚えておいて下さい。

1. 歯が動くときに、違和感・痛みを生じる事があります。

- 1) 装置に慣れるまで1週間程度かかります。手で触ったりしないで、なるべく意識しないようにしてください。専用のワックスをつかっても構いません。
- 2) 口内炎がしやすいので、食事、睡眠時間に気を配り、体調に注意して下さい。
- 3) 歯の浮いた感じや痛みを感じる事があります。これは、あなたの歯が動き始めた証拠です。通常この感じは、2～3日で治まりますが、あまりにも痛いときは、痛み止めを飲んで下さい。
- 4) それでも痛みが治まらないとき、1週間以上痛いときには、医院に連絡してください。



2. 装置はこわれやすいので、食事、扱いに注意して下さい。

- 1) ガム・キャラメルなどのネバネバしたものや固い食べ物を食べると、装置にからまったり、装置が変形したり、また、歯から外れたりする事があります。
- 2) 下記の食べ物は、なるべく食べないようにして下さい。
 - ・粘着性の食べ物 (おもち、キャラメル、ベタベタした飴)
 - ・固い食べ物 (せんべい、あられ、肉のかたまり、りんごの丸かじり)※固いものは、細かく切ってから、お口の中に入れてください。
- 3) 歯に違和感があるときは、やわらかい食事を心がけて下さい。無理に固いものを食べると、あとで、歯が痛くなる事があります。

3. 食べ物を食べた後は、すぐに歯を磨いてください。

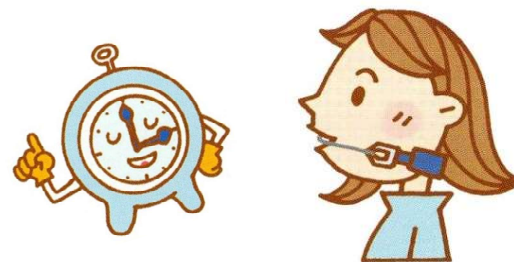
- 1) むし歯にならないために、歯ブラシはいつも持ち歩くようにして下さい。
- 2) 歯間ブラシ、フロス(糸ようじ)を使うとより効果的に歯磨きができます。



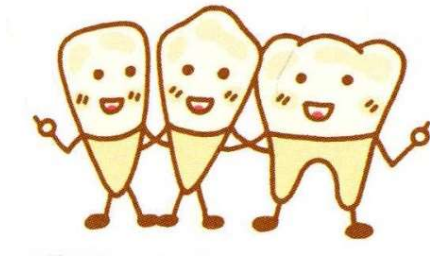
4. ゴム、ヘッドギア等を使うように指示された場合には、必ず使用下さい。

とりはずし式の装置を治療に使用する事があります。

- 1) これらは付加装置ではなく、治療に重要な役割を担っています。
- 2) 装置の使用時間が足りないと、治療が進まなかったり、後戻りすることがあります。
- 3) 装置が全く使えない場合、治療方針を大きく変更する必要が生じます。



食べたら歯をみがきましょう



矯正装置をいれると、今まで以上に歯が汚れやすくなります。

また、歯みがきもしにくくなるので、

注意深く、みがかないとすぐに虫歯ができたり、
歯肉がはれたりします。

1. 食べ物を食べた後は、すぐに歯を磨いてください。

- 1) 矯正装置には、食べ物がよくからまります。矯正用歯ブラシは**いつも持ち歩くようにして下さい。**
- 2) 食事のあと(昼食後、外食時も)は、すぐに歯磨きをして下さい。

2. 必ず鏡をみて下さい。

- 1) 歯みがきの前に、歯のどの部分が汚れているかチェックしてください。
- 2) 歯ブラシを**動かし始める前に、みがきたいところに歯ブラシを当てて**ください。
- 3) 歯ブラシの先が、**歯にちゃんとあたっている事を確認しながら**歯をみがいてください。

3. 装置のついてある部位は、下記に注意してみがいてください。

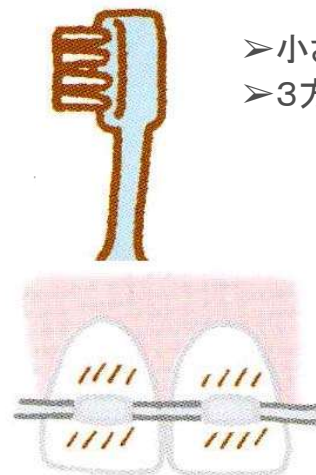
- 1) 矯正専用の歯ブラシを使ってください。
- 2) 電動歯ブラシは、機械式のものは**使わないで**ください。
- 3) 装置のついている歯は、**1本の歯を3つに分けてみがきます。**

- ① 歯と歯ぐきの間
- ② ブラケット、ワイヤーの上
- ③ 歯の先端の側

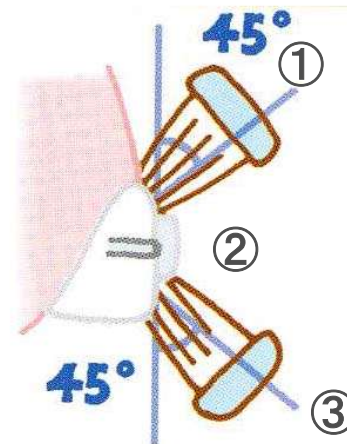
▶ 右図を参考にして下さい！

- 4) 細かい振動を1箇所につき20回程度与えてください。
- 5) すべての歯を、**1本ずつ**丁寧にみがいて下さい。
- 6) **上の奥歯**をみがくときには、**口を大きく開けないで、半分閉じた状態**でみがきます。
- 7) 取りはずし式のもの(ゴムリングなど)は、はずしてからみがきます。

矯正用歯ブラシ

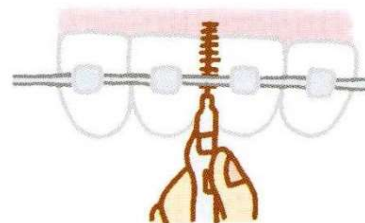


- 小さな歯ブラシがおすすめです。
- 3方向からみがきましょう。



補助的な清掃道具

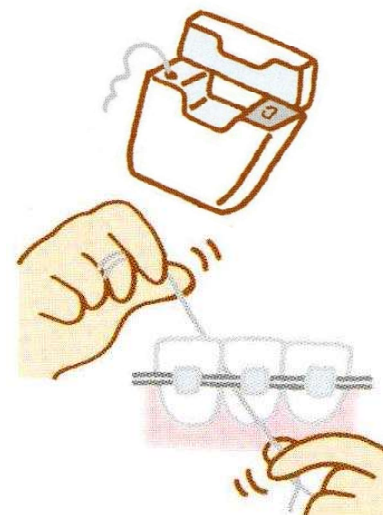
ワンタフトブラシ



歯間ブラシ



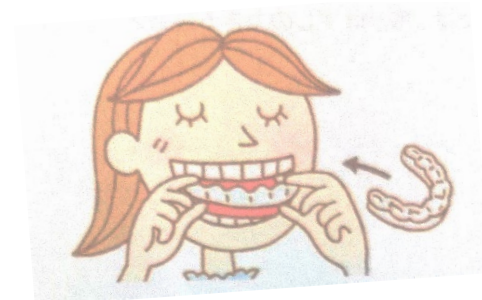
デンタルフロス



➢ 装置と装置の間をみがきます。

➢ 歯と歯の間をみがきます。

保定装置の使用にあたって



保定装置とは？

この装置は、矯正治療（歯を並べる治療）が終わり、矯正装置を外した後、きれいに治った歯並び、かみ合わせをその位置に落ち着かせるためのものです。装置を外したままの状態にしておくと、歯は元の位置にもどろうとします。

そこで、今後は保定装置をはめていただきます。最初は歯をみがく時とお食事をする時以外は、一日中いつも忘れずにはめていきましょう。

その後、歯並び・かみ合わせが安定してきたら、夜間のみの使用になり、最終的には保定装置を使用せずに、きれいな歯並び・かみ合わせを保ちます。

使用期間

使用期間は矯正治療の経過・内容によってもちがいますが、通常1～2年必要です。保定期間中は今までのように、しばしば通院する必要がありませんが、約束日・時間には必ず診察を受けることが大切です。



保定装置の種類

保定装置には、取りはずしのできる装置とできない装置があります。



取りはずしのできる装置

取りはずしのできる装置は、かたいプラスチックとワイヤーで出来ていて、上あご・下あごにピッタリとはまります。

《注意》

- お食事をされる時と歯をみがく時には装置をはずして下さい。
- 装置の着脱時は、ワイヤーが変形することがありますので、できるだけ前の部分のワイヤーにはさわらないようにして下さい。ワイヤーが変形すると後戻りしやすくなったり、口の中を傷つけたりすることがあります。
- はじめは話しづらくなりますが、1週間くらいで慣れるのでご安心下さい。
- あつい飲み物はプラスチックが変形するおそれがありますので、装着しながら飲むのはやめて下さい。
- 甘い飲み物を飲まれた場合は、装置を外して水で洗い、口をゆすいてから装着して下さい。
- 装置は歯ブラシで軽くこすり、水でよく洗って下さい。
- 装置をはずした時は、必ず専用のケースに入れて保管して下さい。



取りはずしのできる装置

《注意》

- ワイヤーが折れたり、接着がとれたりした時には、必ず連絡して下さい。
- そのままにしておくと、虫歯になることがありますので注意してください。



取りはずしのできる装置には、マウスピースのような透明なプラスチックのタイプもあります。

装置が壊れてしまったり、装置をなくしてしまった場合は必ず連絡して下さい。

(その際、新しい装置の料金がかかることがあります。)

機能的矯正装置



機能的矯正装置とは

上あご、もしくは下あごの成長をコントロールしながら簡単な歯の移動も行う装置です。

機能的矯正装置をつけると、下あごは本来とは少し異なる場所に位置づけられます。下あごが本来の位置に戻ろうとすることにより生じる力を利用して、下あご（関節部分）もしくは上あごの骨の成長を促進したり、抑制したりすることができます。また、歯にも力を伝えて適切な方向に動かすことができます。

注意点

1. 最初は、異物感やあごの関節（耳の前あたり）に違和感があります。数日から1週間くらいで慣れてきます。
1週間たっても痛みや不快感が治まらない時は、装置の使用を中止して容器に保存して、連絡して下さい。
2. 最初は寝る時に使用して下さい。慣れてきたら徐々に時間を増やして下さい。目標は10～15時間です。
連続でなくても構いません。
食事の時、歯磨きの時、運動をする時は、はずして下さい。
3. はずしたら必ず専用の容器に入れて下さい。（容器に名前を記入するとよいでしょう。）
4. 装置は毎日清掃して下さい。水をかけながら全体をくまなく歯ブラシでこすり洗いして下さい。
特にプラスチック部分の細かいくぼみには汚れがたまりやすいので、よくこすって下さい。
専用の洗浄剤を週に一度位使うのもよいでしょう。
熱湯消毒は装置が変形するので絶対にしないで下さい。
5. 来院の際には毎回装置を持って来て下さい。ワイヤーやプラスチック部分を調節します。
6. 装置を失くしたり壊したりしないよう注意して下さい。再製作のために時間、別途料金がかかります。
失くした時、壊れた時にはすぐご連絡下さい。

機能的矯正装置



機能的矯正装置とは

上あご、もしくは下あごの成長をコントロールしながら簡単な歯の移動も行う装置です。

機能的矯正装置をつけると、下あごは本来とは少し異なる場所に位置づけられます。下あごが本来の位置に戻ろうとすることにより生じる力を利用して、下あご（関節部分）もしくは上あごの骨の成長を促進したり、抑制したりすることができます。また、歯にも力を伝えて適切な方向に動かすことができます。

注意点

1. 最初は、異物感やあごの関節（耳の前あたり）に違和感があります。数日から1週間くらいで慣れてきます。
1週間たっても痛みや不快感が治まらない時は、装置の使用を中止して容器に保存して、連絡して下さい。
2. 最初は寝る時に使用して下さい。慣れてきたら徐々に時間を増やして下さい。目標は10～15時間です。
連続でなくても構いません。
食事の時、歯磨きの時、運動をする時は、はずして下さい。
3. はずしたら必ず専用の容器に入れて下さい。（容器に名前を記入するとよいでしょう。）
4. 装置は毎日清掃して下さい。水をかけながら全体をくまなく歯ブラシでこすり洗いして下さい。
特にプラスチック部分の細かいくぼみには汚れがたまりやすいので、よくこすって下さい。
専用の洗浄剤を週に一度位使うのもよいでしょう。
熱湯消毒は装置が変形するので絶対にしないで下さい。
5. 来院の際には毎回装置を持って来て下さい。ワイヤーやプラスチック部分を調節します。
6. 装置を失くしたり壊したりしないよう注意して下さい。再製作のために時間、別途料金がかかります。
失くした時、壊れた時にはすぐご連絡下さい。

ヘッドギア

ヘッドギアとは

上顎骨の前方への成長を抑えたり、上顎の第一大臼歯が前方の動くのを防いだり、あるいは後方に動かすために使用する装置です。

①第一大臼歯に固定されたバンド、②バンドにはめるフェイスボー、③フェイスボーをひっばるネックバンドまたはヘッドキャップ、の3つで構成されています。

注意点

1. 歯が痛くなることがあります。数日から1週間くらいで治まります。
歯が少し動揺する(グラグラする)こともありますが、自然な反応ですので心配ありません。
2. 当院で教わった通りにフェイスボーをはめて、はずしてください。
フェイスボーをはずす時に無理な力をかけると、バンドがはずれる、または壊れる可能性があります。
3. ネックバンドをフェイスボーの片側にかけたら、必ずフェイスボーの前方部を片手で押さえた状態もう一方にかけてください。
そうしないと、口の中でフェイスボーがはずれて、ケガをする可能性があります。
ヘッドキャップ使用の場合も同様にご覧ください。
4. フェイスボーをはずす時は必ずネックバンドをはずしてからにしてください。
ネックバンドをはずさずにフェイスボーを口から引き抜いたりすると、フェイスボーがネックバンドのゴムで戻り、ケガをすることがあります。
5. フェイスボーやヘッドキャップを他人につかまれたり、引っぱられたりしないように注意してください。
フェイスボーは絶対に、顔の前に持ち上げないようにしてください。
6. ヘッドギアをつけている時には運動しないでください。
誰かとふざけあうこともやめてください。フェイスボーに何かが強くぶつくと危険です。
7. 最初は寝る時に使用し、慣れてきたら徐々に使用する時間を増やしてください。
目標は10～15時間です。
連続して使用しなくても構いません。
宿泊研修や合宿などの時には使用しなくても結構です。
8. フェイスボーは毎日水洗いしてください。
ネックバンドまたはヘッドキャップは汚れたら手洗いしてください。
9. 来院の際には、毎回装置を持ってきてください。
10. 装置をなくしたり、壊したりしないように注意してください。
また、はめにくなった時には自分で直そうとせずに、次の来院まで使用を中止してください。



急速拡大装置

上あごを少しずつ広げて、歯ならびの「スペース」を作る装置です。

上の奥歯に固定されていて、取り外しできないタイプの装置です。

真ん中のネジを「キー（鍵）」で回して、少しずつ上あごの幅を広げていきます。

注意点

① 回す回数

- ・1日2回（朝・夜）
- ・2週間回します
- ・回し始めてから1週間後にレントゲン撮影をします。

② 回したあとに、次のような感じが出ることがあります。多くは一時的です。

- ・前歯や鼻のあたりが押される感じ
- ・歯が浮いた感じ
- ・少し痛むことがありますが、多くは数分～30分で落ち着きます。
無理せず、痛み止めを飲んでいただいて大丈夫です。
- ・上の前歯にすき間ができることがあります。これは上あごが広がっているサインです。

③ 避けたい食べ物

- ・ガム、キャラメル、グミ、おもち
- ・氷、硬いせんべい、ナッツ、硬いパン
- ・食べ物は小さく切って食べてください

④ お手入れ（むし歯や歯ぐきの腫れを防ぐために）

装置のまわりに汚れが残らないよう、ていねいに清掃してください。

- ・毎食後に歯みがきをしてください
- ・奥歯の装置まわりをていねいにみがいてください
- ・食べ物が詰まりやすいため、最後のうがいもおすすめです
- ・歯間ブラシ、ワンタフトブラシ（1本ブラシ）もおすすめです

⑤ こんなときは連絡してください

- ・キーが入らない／回らない（無理に回さないでください）
- ・装置がグラグラする／外れた
- ・痛みが強く、長く続く
- ・頬や舌が擦れて傷ができる



上顎前方牽引装置（フェイスマスク）

上あご（上顎）を前に誘導し、受け口（反対咬合）の改善を目指す装置です。
装置は大きく2つで成り立っています。

1. 口の中の装置（上顎の装置）
 2. 顔の外の装置（フェイスマスク）
- ゴム（エラスティック）でつないで、上顎を前方に引っ張ります。

注意点

- ① この装置は**装着時間**が効果に大きく関係します。

目標は**1日10時間以上**。「帰宅後～就寝中」の装着が中心です。連続して使用しなくても構いません。
学校では着ける必要はありません。宿泊研修や合宿などの時には使用しなくても結構です。

- ② つけ方

1. フェイスマスクを顔に当て、額とあごのパッドを安定させます
2. ゴムを左右にかけます（指示された位置へ）
3. ゴムの左右差がないか確認します

外すときは、ゴムを先に外してからフェイスマスクを外してください。

- ③ **ゴムは2週に一度(もしくは指示されたように)新しいものに交換**してください。

(ゴムが切れたり伸びたりすると、力が弱くなります)

※ゴムのかけ方が分からなくなったら、無理に付けずご連絡ください。

- ④ 慣れるまでに次のようなことが起こる場合があります。

* 前歯や奥歯が押される感じ、顎がだるい感じ、口の中が擦れて痛い、よだれが増える／話しにくい、眠りにくい
多くは数日～2週間ほどで慣れていきます。痛みが強い場合は無理せずお知らせください。

- ⑤ 安全のための注意

走ったり遊んだりする時、スポーツ中は外してください。無理に引っ張ったりしないでください。

小さなお子さまが触らないよう保管してください

- ⑥ お手入れ（清潔に保つために）

フェイスマスク（顔の装置）

- * 使用後は柔らかい布で軽く拭いてください
- * 汗をかいた日はぬるま湯で洗って、しっかり乾かします

口の中の装置

- * 指導されたように、歯みがきを丁寧に行ってください



- 9) こんなときは連絡してください

- * 痛くて装着が難しい
- * 口の中のバンドが外れた
- * 装置をなくした／破損した

来院の際には**毎回装置を持ってきて**ください。

保護者の方へ

最初は違和感があって当たり前です。毎日少しずつでも続けることが成功のポイントです。

「今日もできたね」と声をかけてあげると、お子さまのやる気につながります。