

し は ほね あくえいきょう  
知らないうちに歯や骨に悪影響？

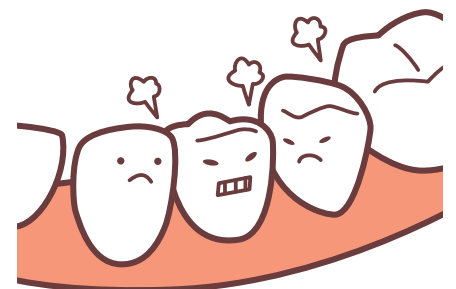
# たいへき し 態癖、知っていますか？

だれ くせ は なら  
誰にでも癖の1つや2つはあるものですが、中には歯並びやあごの  
はついく あくえいきょう かお ぜんしん ゆが たいへき よ  
発育に悪影響を与え、顔や全身の歪みにつながる「態癖」と呼ば  
れる癖があります。態癖は、日常生活で意識することなく習慣化し  
てくせ  
ていることが多いため、本人が気付かないケースがほとんどです。  
おお ほんにん きづ



## なぜ、癖だけで歯が動くの？

じつは歯は、たった数グラムの弱い力が継続的に加わるだけで動いてしまう性質があります。それを利用してのが矯正治療です。人間の頭は子どもでも1キロ以上あるため、横向きやうつぶせ寝で歯を押さえたまま眠ると、知らず知らずのうちに歯が動き、歯並びや咬み合わせを悪くし、顔の歪みなどを引き起こします。永久歯に生え変わる成長期のお子さんは、特に歯が動きやすいため注意が必要です。



たいへき ほんにん きづ いしき や かろう  
態癖は、本人が気が付けば、意識して止めることが可能です。  
かてい せいかつしゅうかん みなお たいへき  
家庭で生活習慣を見直して、態癖がないかチェックしてみましょう。