

桜井式無痛デンチャーの手順

入れ歯治療のポイント

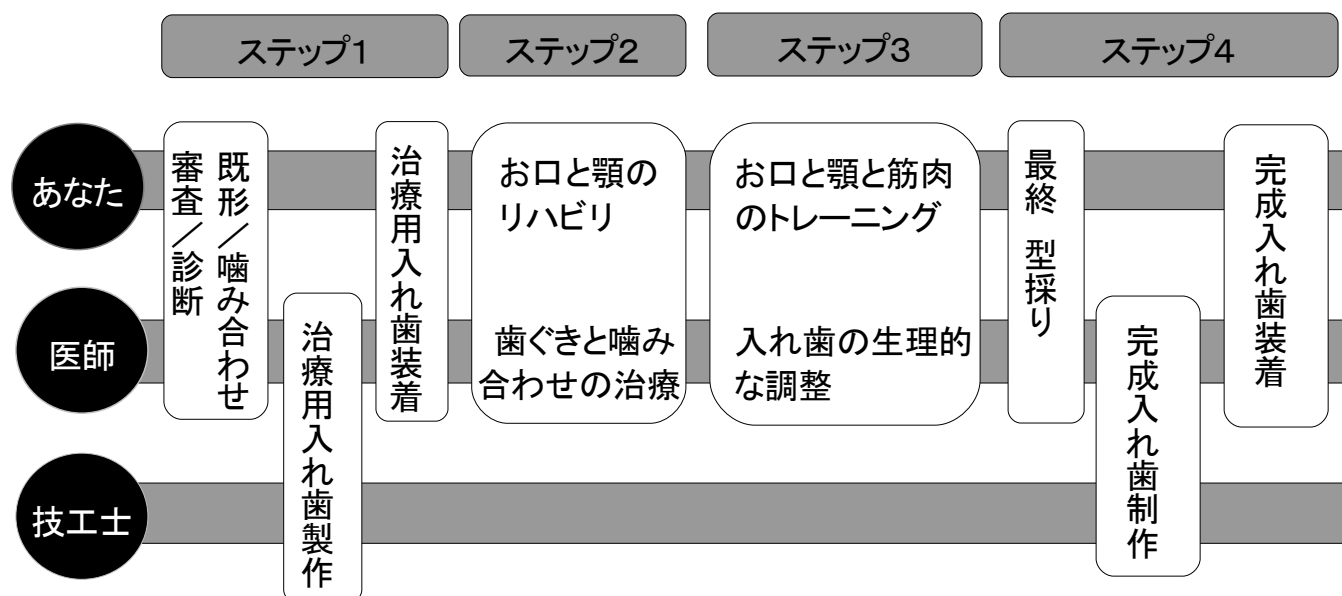
- ★歯ぐきの治療と強化
- ★噛み合わせの正常化
- ★ピッタリの型を作る

「痛くない」、安定して、よく噛める」入れ歯は・・・

正しい“治療”と噛む“訓練”と精密な“技術”がひとつになってはじめて出来上がります

喜びをかみしめるための3ヶ月

★こんな過程で進みます



治療用の入れ歯とは・・・

★歯ぐきの粘膜を治療します

歯ぐきに触れる入れ歯の裏側に「柔らかい材料」をつかいます。

もともと歯ぐきは柔らかく傷つきやすい部分です。合っていない入れ歯を使うと、すぐにダメージを受けます。柔らかい材料を使うのは、歯ぐきの粘膜を保護しながら、歯ぐきの痛みを治し、強い歯ぐきに鍛えていくためです。

★噛みあわせを正常に戻します

下顎の奥歯の噛み合わせ面が「平ら」になっています。

最も自然でゆがみのない噛み合わせを見つけるために、まずは、クセのない平らな状態からスタートします。顎のひずみを治し、噛み合わせを正常な位置に戻すために開発された、まさに治療のためのしくみです。



ステップ 1

治療開始

治療用の入れ歯づくり(準備から装着まで)

1. 十分な審査・診断をし、あなただけの治療計画をたてます
2. お口の中の形から、噛み合わせのもとになる型をつくります
3. 正しい高さや調和のとれた平面を設定します
4. あなたにあった色と形など、入れ歯に使う人工歯を選びます

※こんな入れ歯をめざします

- 大きくもなく、小さくもなく
- 高くもなく、低くもない
- ゆるくもなく、きつくもない
- 邪魔にならなくて、しっかりしている

ステップ 2

リハビリテーション

治療用の入れ歯を使って(粘膜の治療と噛み合わせの正常化)

1. 痛んだ粘膜を治療します
2. 正しい顎の位置を見つけていきます
3. 顎の筋力(噛む力)を回復させます
4. あなたに合った入れ歯の大きさを決めていきます。



※こんなことに気をつけましょう。

- 正しい噛み方を覚えて、十分に噛むクセをつけましょう。
- まず、唾を飲み込みましょう。唾を飲み込むこと(えんげ)により、顎は生理的に安定した位置に戻ります。

ステップ 3

トレーニング

治療用入れ歯を使って(粘膜の強化と噛む訓練)

1. 前後左右にバランスのとれた噛み方を心がけましょう。
2. 正しい舌の位置を覚えましょう。
3. 正しい発音やリズムよく噛む習慣を身につけましょう。
4. 強い力でギュッと噛みしめられるように顎の力をつけましょう。



※こんなことに気をつけましょう

- 噛む訓練は、食事だけでなく、散歩をしたり、軽い運動をすることも効果的です。
- トレーニングそうることによって、痛みがでる場合があります。心配しないでお知らせ下さい

ステップ 4

完成

治療用の入れ歯を型にして(完成義歯づくりから装着、最終調整まで)

1. 使いこんできた治療用の入れ歯を型にして、さらにピッタリ合う完成の入れ歯をつくります。
2. トレーニングによって、患者さんが見つけた噛み合わせを、そのまま新しい入れ歯に置き換えます。
3. 噛む面や歯ぐきにあたる面など、さらに念入りに微調整します。
4. よりながく使っていただけるように、取り扱いの説明をします。

噛みごたえチェック

★食べることのできる食品は？

スープ プリン 豆腐

すいか おかゆ 大根(ゆで)

ごはん はんぺん まぐろのさしみ

うなぎ蒲焼 煮魚 バナナ

野菜サラダ らっきょう 酢だこ

するめいか ステーキ フランスパン

かまぼこ こんにゃく ソーセージ

ビスケット いかのさしみ 食パン

ガム ピーナッツ 生あわび

たくあん 堅焼せんべい もち

健康は、バランスのとれた食事から

4つの基本食品		1日に食べる目安量	栄養メモ
1群	乳・乳製品 卵	牛乳(1本) 200g チーズ 20g 卵(1個) 50g	栄養を完全にする。良質タンパク質をはじめ、日本人に不足しがちな、カルシウム、ビタミンB2など、バランスよく含む
2群	魚介 肉類 豆 豆製品	魚 50g 肉 50g 納豆 20g 豆腐(1/4丁)	体や筋肉・血液をつくる。主に良質タンパク質源。その他に脂質、ビタミンA、B1、B2、カルシウムを含む。
3群	野菜 芋類 果物	ほうれん草(3本) 30g キャベツ(中2枚) 70g きゅうり(1本) 70g ナス(2本) 150g 芋(1個) 100g りんご(1/2個) 160g	体の働きを円滑にする。野菜は100中に含まれるカロチンの量も多いものを、緑黄色野菜をそれ以外のものを淡色野菜として区別する
4群	穀類 砂糖 油脂 その他嗜好品	ごはん(2杯) パン(6枚切1枚) 砂糖 大さじ2 油 大さじ2	力や体温となるエネルギー源。糖質、タンパク質、脂質を含む。菓子・種実・嗜好飲料、嗜好品もこれに属する。