

歯ぎしりくん^α

下の奥歯にはめるだけ!

自分専用の歯型成形タイプ



歯型ケースとサーモチェッカー付き

使用方法

- 1 成形前**

 歯型のついていない歯ぎしりくん
- 2 お湯で柔らかくする**

 61~63℃のお湯に歯ぎしりくんを浸し(約45秒)、柔らかくなったら取り出します。サーモチェッカーの先端部に引っかけると安全に取り出せます。
- 3 歯型をつける**

 鏡を見ながら下の奥歯に装着し、しっかりと噛みしめます。噛み合わせの悪い場合は、お湯に入ると成形し直すことができます。
- 4 歯型の固定**

 歯型がしっかりといたら、歯ぎしりくんを外してください。温度が下がるにつれて自然に形が固定されます。
- 5 成形後**

 歯型のついた自分専用の歯ぎしりくん

POINT

ぬるいお湯で成形すると、うまくできない場合があります。必ずサーモチェッカーで過温(61~63℃)を測ってから成形して下さい。噛み合わせが悪い場合は再度成形し直してください。

はめて寝るだけで歯ぎしりの不快な音と歯の損傷を防ぐ奥歯保護用マウスピースです。睡眠時に装着するだけであなたの大切な歯を守ります。

- 装着時の違和感をなくした極薄構造**
 薄くコンパクトな構造とスムーズなラウンド処理を行った形状により、睡眠時の異物感を大幅に軽減しています。
- 使い方は下の奥歯にはめるだけで簡単**
 下の奥歯に装着するので、呼吸の妨げにもなりません。また舌の下に入るので、睡眠中に飲み込むこともありません。
 (人間は異物が咽喉に触れると無意識にそれを吐き出す反射が起こります。通常の使用方法により間違っただけで飲み込む恐れはございません。)
- 耐久性、安全性にも自信があります**
 噛む部分にエラストマを使用し、2重構造とすることで耐久性を高めています。

- 歯ぎしりくんの特徴**
 - 睡眠時に装着するだけで、歯ぎしりや噛み締めから、あなたの大切な歯を守ります。
 - 睡眠時、歯ぎしりくんを装着することで歯と歯が直接触れ合わず、歯ぎしり独特の「ギリギリ」「キリキリ」という軋音を防ぎます。
 - また睡眠中の歯ぎしりや噛み締めは、起きている時の約2倍もの力が歯や顎にかかり、歯を痛めるだけでなく、身体に様々な悪影響を与えます。歯ぎしりくんを歯を保護しましょう!
 - 自分専用の歯ぎしりくんが簡単に作れます。
 - 歯ぎしりくんは、下の奥歯に装着し自分の歯型に成形するので、ぴったりフィットします。
 - 成形に失敗した場合は、お湯に浸すことで何度でも繰り返し成形し直すことができます。

人はなぜ歯ぎしりをするの?

- 1 噛み合わせ修正説**
- 2 ストレス解消説**

人はなぜ歯ぎしりするのか?

- ① 噛み合わせ修正説**
 歯並びや歯の形が悪い、また歯の治療により不適合な金属冠(詰め物)をしている場合等は、物を噛み砕くのに都合が悪く、消化器に負担がかかります。そのため、寝ている時に無意識に歯の出っ張りすぎた部分をこすりあわせて削り、噛み合わせを修正しているのではないかと考えられています。目が覚めている時に比べ、睡眠中は脳皮質が抑制されるため、噛む力をコントロールできないので大変強い力で顎の筋肉を動かし、歯を擦るのです。中枢に原因があって起こる睡眠障害の一種と考えられ、浅い眠りの時(レム期)に起こるといわれています。
- ② ストレス解消説**
 人間の脳はストレス防御反応として、ノルアドレナリンを分泌します。これが、顎の運動などを司る三叉神経を刺激し、咀嚼筋を活発化させて歯ぎしりを発生させるのです。歯ぎしりすることにより、咀嚼筋や歯茎などに伝わる感覚情報が心理的ストレスを和らげるという説です。一言前に比べ、歯ぎしりに悩む人の数は増加傾向にあるようです。それは、現代の社会的背景と密接に関わっており、例を挙げると、仕事や夫婦・家族・学校の問題等の精神的・肉体的なストレスにあるのではないのでしょうか。よく人は、欲求不満や心が落ち着かない時に、その発散のため身体をゆすったり歩き回ったりいろいろな仕事をします。歯ぎしりも同様の仕事だと考えることができるのです。現代の人々は、ストレスがある時に、そのストレスを発散させるために歯ぎしりを必要としているのです。

日本製