

がく かん せつ しょう

顎関節症

ってどんな病気？

✓ こんな症状はありませんか？



顎関節症とは、顎の関節や周囲の靭帯、筋肉などになんらかの要因で痛みや機能低下（口が開かないなど）が起きることの総称です。

碧南市民病院歯科口腔外科では顎関節症の専門的な検査・治療を行っています。

碧南市民病院 歯科口腔外科

あなたは大丈夫？

顎関節自己チェック

合計点数が8点以上で顎関節症の危険があります

1

口を大きく開いたときに、
人差し指から薬指を並べた
3本指を縦にして入りますか？

1. すっと入る
2. ほぼ問題ない
3. どちらとも言えない
4. やや困難
5. 全く入らない



2

口を大きく開け閉めしたときに、
あごの痛みがありますか？

1. 全くない
2. たまにある
3. どちらともいえない
4. しばしばある
5. いつもある



3

口を大きく開いたとき、
まっすぐに開きますか？

1. いつもまっすぐ
2. たまに曲がる
3. どちらともいえない
4. しばしば曲がる
5. いつも曲がる



4

干し肉、するめ、タコなど
硬いものを食べると
あごや顔が痛みますか？

1. 痛まない
2. たまに痛む
3. どちらともいえない
4. しばしば痛む
5. いつも痛む



設問2の「口を大きく開け閉めしたときにあごの痛みがありますか？」に「はい」と回答した方も顎関節症である可能性がありますので専門医を受診することをお勧めします。

お問い合わせ

碧南市民病院 歯科口腔外科

☎ 0566-48-5050 (代表)

〒447-8502 愛知県碧南市平和町3丁目6番地 FAX: 0566-48-5065

早急の診察
心掛けましょう



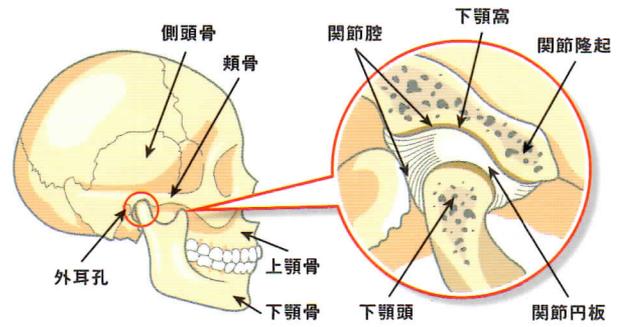
顎関節症の代表的な症状

あごが痛む

口が開かない

あごを動かすと音がする

顎関節症の代表的な症状は、「あごが痛む（顎関節痛）」、「口が開かない（開口障害）」、「あごを動かすと音がする（顎関節雑音）」の三つで、このうち一つ以上の症状があり、鑑別診断で他の疾患がない病態を「顎関節症」といいます。顎関節は手足の関節と同じような基本構造を持っていますが、異なる面も多くあります。顎関節は頭の骨（側頭骨）のくぼみ（下顎窩）に下あごの上先端の骨（下顎頭）が入り込む構造で、その間にクッションの役割をする関節円板という組織が挟み込まれています。



関節円板はコラーゲンと呼ばれる線維のかたまりで、血管や神経がありません。開口時には下顎頭が下顎窩からさらに前に出るように動きます。また、閉口時には、下顎頭が下顎窩にはまりこみます。この動きは、四肢の関節にはない関節の動きです。この時、関節円板が、下顎頭と協調して開口時には前に移動したり、閉口時には後ろに戻ったりします。

顎関節症には色々なタイプがあります

顎関節症のタイプはその障害のある部位によっていくつかに分類されています。

レントゲン写真を撮影し口の開く量や関節雑音、関節のひっかかり、痛みの部位をみてタイプを診断します。また当院では MRI 撮影も行っており、より正確な診断が可能です。



レントゲン



MRI

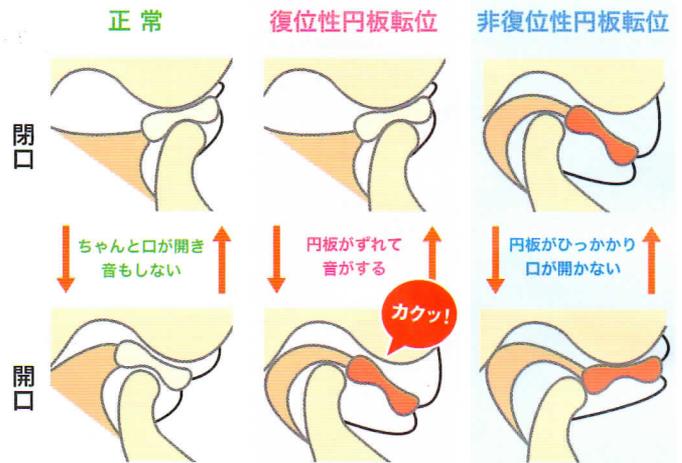
I型：筋肉の障害によるもの

咀嚼筋そしゃくが何らかの原因で緊張し顎運動時痛を認めます。筋圧痛が認められ、顎運動傷害・顎関節痛を含む顔面痛をきたします。

II型：関節包・靭帯の障害によるもの

円板後部組織・関節包・靭帯の慢性外傷性病変を主病変としたものであり、運動時の顎関節痛と顎関節部の圧痛をきたします。

III型：関節円板の障害によるもの



関節円板の位置異常・変性を主病変とし、復位性円板転位と非復位性円板転位に大きく分けられます。関節円板は下顎頭の外側と内側にしっかりと付着していますが、前後方向の付着が緩いため、大きな力が持続的に顎関節に加わると関節円板にズレ（転位）の生じることがあります。このズレの92%は前方で、8%が内外の側方、ごくまれに後方にも生じます。また、閉口時に関節円板にズレがあっても、最大開口時にはこのズレが戻る場合と戻らない場合があります。戻らなければ開口時と閉口時に「カクッ」と関節音がします。（復位性円板転位）また、戻らない場合には、急性期には「口が開けられない」、「口を開けると耳の前がとても痛い」などの症状がみられます。（非復位性円板転位）

顎関節症の受診者7割に関節円板のズレが生じると言われています。ズレの明確かつ簡便に診断するには MRI 検査が最適です。

碧南市民病院歯科口腔外科ではこんな治療をしています

多くの症例では保存治療で対処します。

薬物療法、スプリント治療や開口訓練などの理学療法をまずは行います。

薬物療法

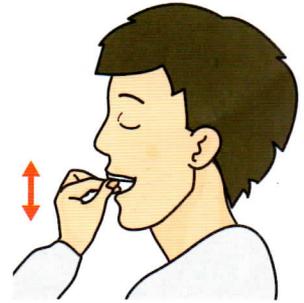
定期的な消炎鎮痛剤の内服を行います。関節内の炎症を抑え、また開口訓練時に生じる疼痛を緩和します。症例によっては中枢性筋弛緩薬を併用し、筋緊張を緩和します。

スプリント療法

スプリントとは患者さん個々の歯型を採って、オーダーメイドで作成するマウスピースのことをいいます。スプリントの使用によって噛む力を全ての歯で均等に負担することにより、顎関節にかかる不均一な力を是正します。関節内部の炎症を取り除いたり、関節円板の修復を目的とします。

開口訓練

患者さん自身の指を用いてストレッチ的な開口を行うものです。顎関節症による開口障害に対して効果的です。若干の疼痛が生じることがありますので、鎮痛剤を服用しながら開口訓練をしても構いません。



！ 開口訓練は必ず歯科医師指導のもと行ってください。場合によっては症状が憎悪することがあります。

保存的な治療が奏功しない場合や、症例によっては初期より外科的な治療を併用します。

当科ではパンピングマニピュレーションや関節洗浄を行っています。

パンピングマニピュレーション

関節の中（関節腔）に局所麻酔の注射をし、徒手にずれた関節円板を修復します。処置はおおよそ5分ほどで終わります。急性期の非復位性円板転位に特に有効であり、ほぼすべての場合において症状回復が見込めます。

顎関節洗浄

関節の炎症が強い場合に行います。関節腔に2本の注射針を刺入し、関節の中を点滴洗浄します。Ⅲ型やⅣ型の顎関節症に有効です。日帰り局所麻酔下にて処置が可能であり、処置時間は30分から1時間ほどです。



Ⅳ型：下顎骨の変形によるもの

下顎骨の関節部に変形を生じ、開閉口時に「ゴリゴリ」「ジャリジャリ」といった音がします。周囲の炎症を伴うと痛みを生じます。



変形性顎関節症



顎関節症 予防

☑ あごの関節に優しくしましょう。

一番大切なことは顎の関節や筋肉に負担をかけないことです。うつぶせ寝、睡眠不足、フランスパン、タコ、イカなどの固い食品などは避けましょう。

また歯牙接触癖が筋肉の緊張や顎関節痛の原因になることも多いです。普段の生活の中で、上下の歯を接触させていることに気がいたらすぐに離すよう心がけましょう。