

歯医者に聞きたい

島田 淳 著

顎関節症がわかる本

「口が開かない」「顎が痛い」「顎が鳴る」、これらが顎関節症の主症状です。

顎関節症と同じ症状を経験する方は、おおよそ2人に1人とも言われていますが、これらは本当に顎関節症なのでしょうか？

『顎関節症は怖い病気』として取り上げられることも多いのですが、その理由の一つに決まった症状を示さないことがあります。原因も筋骨格系の疾患、心身症、他の疾患との共存が考えられ、正体のつかみにくさに拍車をかけています。

本書発刊の目的は、まず顎関節症について一般の方にも理解できるようにし、正しい症状や原因を知っていただくことにあります。どのような状況・症状で歯科医師にかかるべきなのか、また患者さん自身が行うセルフケアについても解説を加えることで、顎関節症への理解と対処法まで学べるツールとしました。



ISBN 978-4-89605-327-2

- A4判
- オールカラー・48ページ
- 定価：本体 2,800円+税
- 送料300円

目次

第1章 顎関節症の正体

- ①筋骨格系疾患（顎関節症の正体 1）
- ②心身症（顎関節症の正体 2）
- ③他の疾患との共存（顎関節症の正体 3）
- ④あなたの症状は本当に顎関節症？

第2章 症状と経過

- ①顎関節症の症状とは？
- ②実際の症状と対応
- ③顎関節症を放置したら？

第3章 顎関節症の原因は？

- ①咬み合わせは顎関節症の原因か？
- ②生活習慣と悪習癖

第4章 自分でできることは？

- ①症状の確認と様子を見ていい場合と病院に行った方がいい場合
- ②まず痛み出した時にすぐに自分でできること
- ③顎を守るセルフケア（日常生活を見直す）
- ④積極的に顎を治すためのセルフケア（リハビリテーション）

第5章 歯科での診断と治療法

- ①何科に行けばいいのか
- ②実際の診断と治療

一般財団法人 口腔保健協会