



【著】 櫻井善明（歯科医師）
林 智恵子（歯科衛生士）
東京都・ネクスト・デンタル ソレイユメインテナンスクリニック

なるほど! Tooth Contacting Habit アップデート版

世界一やさしいTCH入門



追加コンテンツ“筋肉と栄養”を収録！正しい情報を、やさしく、わかりやすく解説！

世界一わかりやすい「TCH(上下歯列接触癖)」のヒット書籍が、装いも新たに“アップデート版”として登場。“筋肉と栄養”に関するコンテンツなどが追加され、コロナ後のいま、さらに役立つ内容になっています。正しい情報をやさしく解説し、なるほど!と理解できる一冊です。

近年、注目度が急速に高まっているTCH。新しい概念であるためか、TCHに関するさまざまな情報が錯綜し、時には間違った認識も広まっているようです。また、正しい情報でも、やや難解な記事や成書が多く、内容を理解するまでに時間と根気を要します。本書では、TCHの視点をもって診療にあたることに特化し、基本から理解しやすいことをコンセプトにまとめています。巻末には、TCHの具体的な症状例を患者さんにビジュアルで説明できるシートも収録！

B5判変型・144頁・オールカラー 本体4,500円+税



CONTENTS

1章 TCH 入門編 TCHの基本を学ぼう

- 1日の歯の接触時間は?
- 生体組織の許容量を超える力って?
- ブラキシズムは「睡眠時」と「覚醒時」で分けられる?
- TCHが口腔に及ぼす影響
- TCHの分類って?
- この口腔内、もしかして TCH? 硬組織編①

- この口腔内、もしかしてTCH? 硬組織編②
- この口腔内、もしかしてTCH? 軟組織編
- TCHの是正指導 コミュニケーション編
- TCHの是正指導 動機づけ編
- TCHの是正指導 実践編①
- TCHの是正指導 実践編②

他

2章 TCH 応用編 TCHと全身の健康

- TCHと筋肉の関係って?
- TCHと栄養の関係って?

巻末付録

- 骨隆起(外骨症) ●楔状欠損(WSD) ●破折

他