



たるみ歯科通信

2020年8月号 No.116

こんにちは♪ 歯科衛生士の大西です。
まだまだコロナウィルスによる不自由な生活が続きそうですが、引き続き、
感染予防対策をしっかりとって、みんなで気を付けていきましょう！



さて、たるみ歯科通信では、今月から数回に分けて、
『お口ぼかん（口唇閉鎖不全症）』について特集します★

口唇閉鎖不全症とは

最近よく耳にするお子さんの“お口ぼかん”。これは普段からお口が開いている状態のことです。専門的には「**口唇閉鎖不全症**」
と言い、近年、歯科だけでなく様々な分野で着目されています。



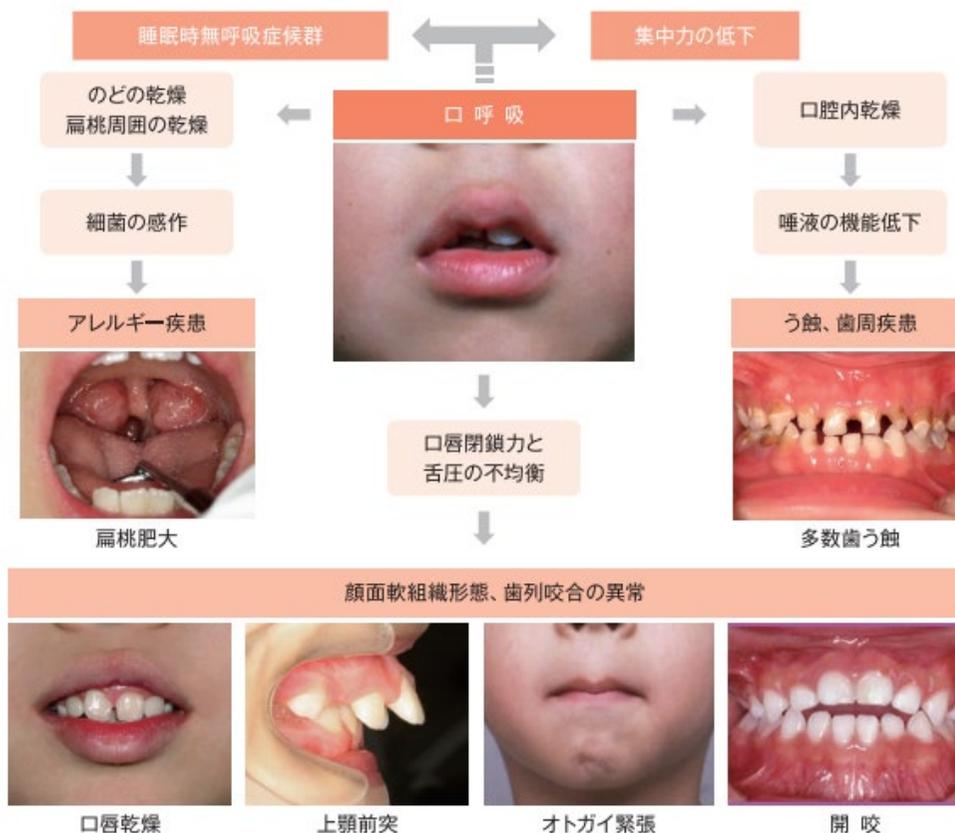
「お口ぼかん」は「**舌も含めた口元の筋肉の力が弱いこと**」が原因で起こります。お口が開いたままだと自然と「口呼吸」になってしまい、外気が「鼻」というフィルターを通らずに直接肺に入るので、「鼻呼吸」の人よりも風邪をひきやすいと言われています。

さらに「お口ぼかん」がひどい場合には右の写真のように体に様々な悪影響を及ぼすこともあります。

今月のお知らせ

- ◇ 夏季休暇のため、**13日（木）～15日（土）**は **休診** と致します。
- ◇ 院内研修のため、**21日（金）午前**は **休診** と致します。

お口ぼかんの影響



「お口ぼかん」は口元のトレーニングを行なうことで、改善することができます。先月の通信で紹介した「**あいうべ体操**」も効果的です♪
来月はそんなお口のトレーニング方法について詳しくお伝えします。

