

歯ぎしりによる睡眠障害がもっとも重症であった

2010年8月

日中の眠気や睡眠障害を引き起こす疾患では睡

眠時無呼吸症候群が有名ですが、日本歯科大学で調査した結果では、口腔乾燥症（図の三段目）や顎関節症（図の四段目）や歯ぎしり症（図の五段目）にも睡眠障害が合併することがわかりました。そして、その睡眠障害の程度は、歯ぎしり症が7.3点、顎関節症が6.1点、口腔乾燥症が6.6点と、中でも歯ぎしり症は未治療の睡眠時無呼吸症候群の6.8点をしのぐほどでした。

歯ぎしり症による睡眠障害は、睡眠の質が悪いことと寝つきが悪いことが問題でした。昼間の眠気こそ、睡眠時無呼吸症候群にはわずかに及びませんでしたが、他に比べた疾患中で一番でした。

これを受けて、日本歯科大学新潟病院では、「歯ぎしり外来」の永田和裕外来長と連携をとって、歯ぎしり症に対しても積極的に診断し治療を行うことにしました。

お近くに歯ぎしりでお悩みの方がおりましたら、担当医にご相談ください。

