

## 第48回 子供の歯ぎしり

子供がする歯ぎしりの音に驚かされた経験のあるお母さんは少なくないと思います。意外に思われるかもしれませんが、子供でも歯ぎしりをするのです。それも夜中にギリギリと音を立てるものですから、心配するお母さんから相談されることも時々あります。子供の歯ぎしりには、大人とは異なる子供特有の原因があるのです。

子供が歯ぎしりをする一般的な原因は、上顎を鍛えるためであるとも考えられています。10歳以下の子供の場合、3人に1人の割合で歯ぎしりをしていると言われています。とくに乳歯から永久歯に生え変わる時期には歯ぎしりをする頻度が増えてくるようです。この頃の歯ぎしりは、乳歯を摩耗しながら、同時に永久歯の生えてくる位置を確定させている意味もあるそうです。そのため、乳歯の硬さは永久歯に比べ柔らかく摩耗しやすいのだと考えられています。したがって歯の成長過程にある子供の歯ぎしりは、あまり心配することはありません。

しかし、子供が大きくなり、永久歯への生え変わりの時期を過ぎてても、頻繁に歯ぎしりをするようだと注意が必要です。大人と同じ

ように、ストレスを溜め込んでいるために歯ぎしりをしている場合もあります。急激な生活の変化や子供の人間関係の変化などがストレスとなりえます。また、虫歯や噛み合せに問題があつて歯ぎしりをしている場合もあります。いずれにせよ、その頃まで続く歯ぎしりは放置するべきではありません。過度に歯が擦り減ってしまうことで歯の神経に影響が出たり、顎の痛み等を訴えてくるような場合は、歯ぎしり改善のための治療を始めましょう。

子供の歯ぎしりは成長するに伴ってなくなっていくのが普通です。子供の歯ぎしりの原因がわからず、心配な場合はかかりつけの歯科医院で相談した方が良いでしょう。



永久歯への生え変わりの時期には子供の歯ぎしり頻度が高くなるそうです