

TCHとは？ ？ ？

Tooth Contacting Habit 上下歯列接触癖

上下の歯または歯列を
持続的に接触させる
習癖行動

木野(東京医科歯科大学)・杉崎(東京慈恵医科大学)
Sato F et al. J Med Dent Sci 2006; 53: 103-109.

顎関節症治療の現場で提唱された概念

こんな経験はありませんか？

- ・PCRが低いのに動揺が治まらない
- ・修復物の脱離や破損が多い
- ・WSD・Hysが多発
- ・歯根破折が多い



力の問題

＝睡眠時ブラキシズムでしょ

意識のある時に大きな力はかからない



ナイトガードを装着



解決しないケースがある



咀嚼で大きな力はかからないのに...



ナイトガードを使っていないのか？
いつ力が加わっているのだろうか？



覚醒時に力が加わっているのです

それが **TCH** です！！

食い縛りとは異なります

顎関節症の原因でもあります



歯は咬んでいるのが普通ではない
のですか？

いいえ、咀嚼・嚥下・会話時以外は、歯と
歯は僅かに離れています。これを専門用語で
は「安静位空隙」と呼びます。

人間の歯と歯の接触時間は、
1日たった



20分程なんです！！

力による弊害は沢山あります

歯冠・歯根破折
補綴物脱離・破損

WSD

知覚過敏

歯周病

義歯性疼痛

歯痛

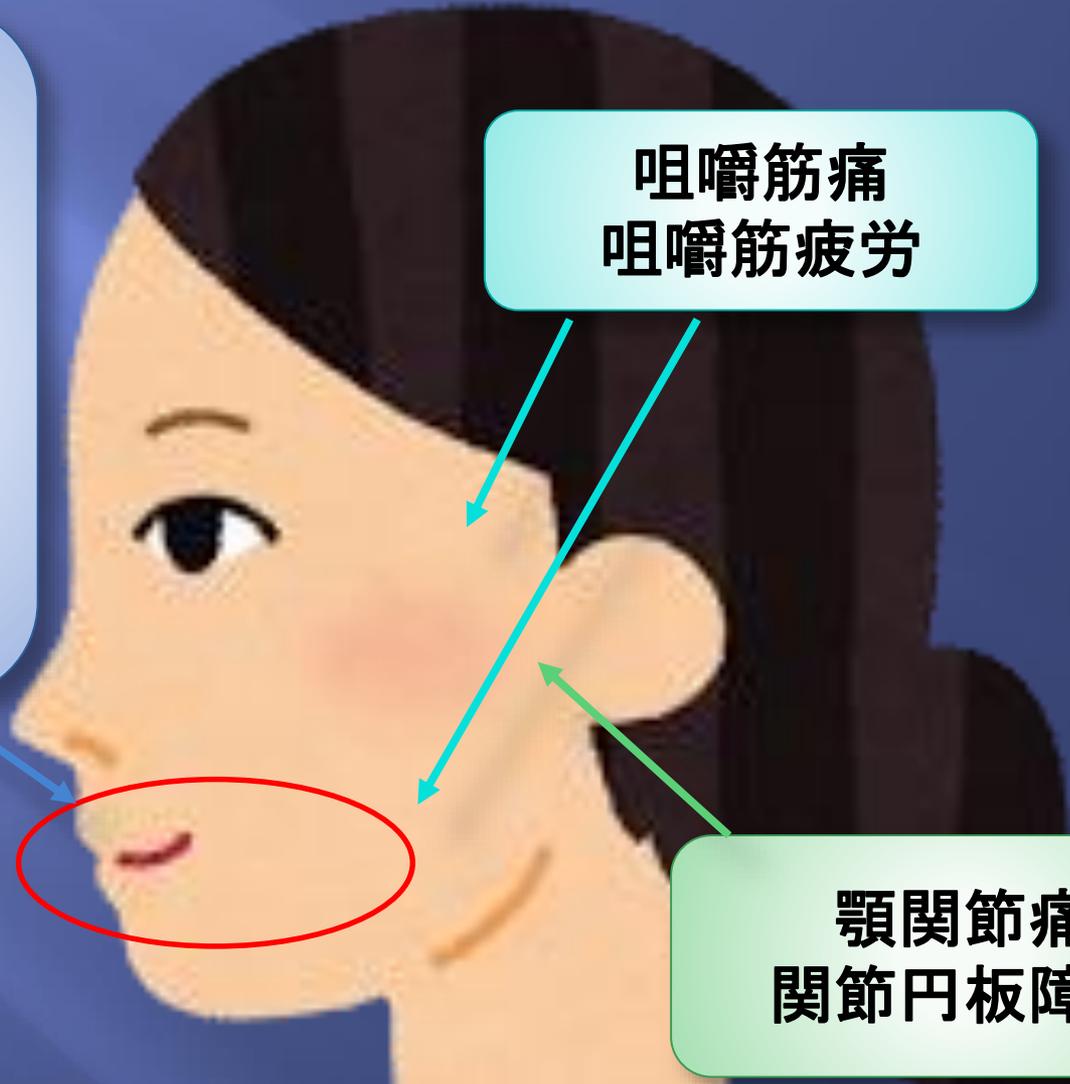
舌痛

虚血
(再灌流障害)

肩こり
筋肉性頭痛
不定愁訴

咀嚼筋痛
咀嚼筋疲労

顎関節痛
関節円板障害



TCHの改善法は？

TCHはテレビを見ている時や長時間パソコンをしている時、スマートフォン操作などに起こりやすいですね。

リマインダー法など本実習で体験をしながら理解して頂きます。



ですから 力のコントロール



TCHの是正指導に 取り組みませんか？



本セミナーでは**講義だけでなく**
明日からスタッフが患者さんの質問から
TCHの是正指導まで理解出来るように
なる**実習セミナー**となっております。

TCHは TV・新聞・ラジオ・雑誌等でも 取り上げられています

TV:

テレビ朝日 たけしのみんなの家庭の医学 2012年1月31日放送

http://www.asahi.co.jp/hospital/archive/broadcast/2012_0131.html

NHK ためしてガッテン2012年7月25日放送

<http://www9.nhk.or.jp/gatten/articles/20120725/>

書籍:

歯科医院で取り組むTCHコントロール入門 単行本 2014.9.29

TCHのコントロールで治す顎関節症 第2版 単行本 2015.7.7

