

# 口腔機能と姿勢の関連について

○ 小石剛, 岡崎好秀\*

医療法人優心会こいし・こども矯正歯科  
\*モンゴル健康科学大学

## 【背景・目的】

近年,小児の口腔機能の計測が盛んに行われるようになってきている。  
口腔機能は姿勢に影響されると考えられる<sup>1)</sup>。  
しかし,小児の口腔機能の測定時の姿勢については詳しく調査されていない。  
そこで,口腔機能と姿勢の関連について調べた。



参考資料  
こいしこども矯正歯科で  
行った  
姿勢と呼吸改善のヨガ教  
室の様子。

## 【対象・方法】

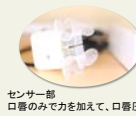
20代~40代の女性14名(平均32.9歳)に対して,舌圧(JMS舌圧測定器:株式会社ジェイ・エム・エス)および口唇閉鎖力(LIPDECUMLDC-110R®:コスモ計器)の計測を,座位および立位のそれぞれ良い姿勢・悪い姿勢において,各4回(計8回)計測した。

「JMS舌圧測定器」  
株式会社ジェイ・エム・エス



舌圧測定専用プローブ  
口腔内に挿入し舌で口蓋に押し当てて  
舌圧を計測する。

「LIPDECUMLDC-110R」  
コスモ計器



センサー部  
口唇のみで力を加えて,口唇圧を計測する。

良い姿勢とは,「両足の足底が接地し,地面とほぼ垂直である体軸上に頭部が位置する状態」とした。また悪い姿勢とは,良い姿勢ができていない状態とした。

「悪い姿勢」と,「良い姿勢」について



悪い座位



良い座位



悪い立位



良い立位

## 【結果】

姿勢によって計測結果が変化し,悪い姿勢よりも良い姿勢の方が数値が高かった(表1)。

年齢(歳)	座位				立位			
	口唇圧(N)		舌圧(kPa)		口唇圧(N)		舌圧(kPa)	
	悪い姿勢	良い姿勢	悪い姿勢	良い姿勢	悪い姿勢	良い姿勢	悪い姿勢	良い姿勢
32.9	7.56	9.25	30.6	34.48	7.9	9.02	32.25	34.92

t検定において,全ての結果に有意差(P<0.001)を認めた。

(表1) \*数値は全て平均値。小数点第3位以下は四捨五入)

## 【考察】

- ・今回は調査対象が小児ではなかったが小児でも同様の結果が得られたと考え得る。
- ・口腔機能と姿勢は関連していると考えられる。
- ・小児や成人問わず,口腔機能の計測時の姿勢に留意するべきである。
- ・姿勢の改善によって,口腔機能が改善することが示唆された。



参考資料: 姿勢と呼吸・口腔機能の改善を目指した取り組み例



『生命活動の3S』: 健口を育み守る 呼吸・食(摂食・嚥下)・姿勢のバランス

【参考文献】

小石剛, 赤井綾美, 西川岳儀, 高島隆太郎。

子どもの口腔機能を育む取り組み 前編-後編. 歯科衛生士, 2016;40(11):38-51,40(12):54-67.