

## 2024 年度関東産業歯科保健部会前期研修会抄録集

### テーマ：職域において TCH を再考する

#### 木野孔司先生（木野顎関節研究所）「TCH の概要」

##### 抄録：

TCH とは歯列接触癖（Teeth Contacting Habit）の略名であり、顎関節症の病因追求調査研究の中で見いだした習癖である。顎関節症に影響する多くの要因の中で、唯一顎関節症の増悪化に直接影響するという結果が得られた。来院する顎関節症患者の約8割が保有するとの調査結果も得ており、本習癖の是正法を作り上げることにより、顎関節症の治療効果が大きく向上するとともに、再発患者がごく少数にまで減少した。この治療経験の中でTCHが顎関節症のみならず、歯周病など他の歯科疾患、歯科治療後経過、頭頸部筋症状などに影響していることが明らかとなってきた。また職場環境の状況やストレスなどがTCHの定着化に関係する事も分かってきている。今回、ご依頼をいただいたテーマに関し木野は1. TCHの概要として1) TCH発見までの顎関節症病因追求の歴史、2) TCHはどのように始まるのか、3) TCHが明らかにした過去の顎関節症の問題についてお話しする。

##### 略歴：

1976 年3 月東京医科歯科大学歯学部卒業  
1980 年3 月東京医科歯科大学歯学部大学院歯学研究科（口腔外科学専攻）修了  
1980 年7 月東京医科歯科大学歯学部口腔外科学第一講座助手  
2000 年4 月東京医科歯科大学歯学部附属病院顎関節治療部部長助教授  
（平成16年の国立大学独立法人化に伴い准教授と職名変更）  
2015 年3 月同退職  
2016 年2 月木野顎関節研究所本格稼働開始  
2000 年6 月日本顎関節学会認定医  
2000 年6 月日本顎関節学会指導医  
2007 年1 月日本顎関節学会理事  
2015 年7 月日本顎関節学会理事退任，永久指導医，名誉会員

##### 主な関連著書

###### 歯科医向け

- ・新・顎関節症はこわくない，砂書房，東京，2011．ISBN 978-4-901894-91-3 C3047
- ・歯科医院で取り組むTCH コントロール入門．医歯薬出版，東京，2014．ISBN 978-4-263-44423-8 C3047
- ・TCH のコントロールで治す顎関節症（第2版）．医歯薬出版，東京，2015．ISBN978-4-263-44446-7 C3047

- ・TCH 見逃していませんか？ デンタルダイヤモンド社，東京，2016 . ISBN 978-4-88510-355-1 C3047
  - ・顎関節症のリハビリトレーニングよく動く関節は痛くない！ 医歯薬出版，東京，2017 . ISBN 978-4-263-4494-8 C3047
  - ・TCH マネジメントとリハビリトレーニングで治す顎関節症. 医歯薬出版，東京，2019 . ISBN 978-4-263-44554-9 C3047
- 一般向け
- ・完全図解顎関節症とかみ合わせの悩みが解決する本. 健康ライブラリー図解シリーズ. 講談社，東京，2011 . ISBN 978-4-06-259658-9 C2347
  - ・100歳まで自分の歯を残す4つの方法. 健康ライブラリー図解シリーズ. 講談社，東京，2013 . ISBN 978-4-06-259675-4 C2347
  - ・自分で治せる！顎関節症. 健康ライブラリーイラスト版. 講談社，東京，2014 . ISBN978-4-06-259780-7 C2347
  - ・100歳まで自分の歯でおいしく食べよう！ 医歯薬出版，東京，2019 . ISBN978-4-263-44550-1 C3047

## 羽毛田 匡先生（羽毛田歯科医院）「TCHの様々な影響（病因性）」

**抄録：** Tooth Contacting Habit (TCH) は、覚醒中ブラキシズムに含まれる行動とされており、そのほとんどは、睡眠時ブラキシズムで発揮される力よりは弱く、歯の咬耗や破折、修復物の破損などは生じづらい。しかしながら、弱いながらも継続して上下の歯が接触していることによる負荷が、顎関節、咀嚼筋、歯根膜、義歯床下粘膜等に為害作用を及ぼす可能性が示されている。顎関節症患者に対する TCH の自覚についての質問において、52.4%が“よくある/いつもある”と回答したとの報告があり、一般集団より高いと考えられている。咀嚼筋痛患者では、日中の非機能的な上下の歯の接触を測定したところ、健常者より 4 倍以上高頻度であったとの研究結果が示されている。義歯装着者において人工歯部に加わった力は義歯用を介して床下粘膜を圧迫し血流阻害による炎症や擦過を生じるおそれがある。講演では、これら TCH が影響すると考えられる顎関節症、象牙質知覚過敏症、咬合違和感などについて、研究報告等を提示しながらその機序を解説していく。

### 略歴：

1988 年 東京医科歯科大学歯学部卒業  
1993 年 東京医科歯科大学大学院 歯学研究科歯科補綴学専攻修了  
1993 年 東京医科歯科大学歯学部 歯科補綴学第 1 講座医員  
2000 年 東京医科歯科大学大学院 顎関節咬合学分野助手  
東京医科歯科大学歯学部附属病院 顎関節治療部医局長  
2007 年 羽毛田歯科医院  
2012 年 銀座はけた歯科医院  
2017 年 医療法人社団一佑会理事長

### 歯学博士

日本補綴歯科学会 補綴歯科専門医・指導医  
日本顎関節学会 顎関節症専門医・指導医  
日本口腔インプラント学会 専門医  
日本スポーツ協会公認 スポーツデンティスト

東京医科歯科大学大学院 非常勤講師  
昭和大学歯学部歯科補綴学講座 兼任講師  
松本歯科大学歯科補綴学講座 非常勤講師

## 佐藤文明先生（佐藤歯科医院今戸クリニック）「TCH の見つけ方と是正法」

抄録：TCH（歯列接触癖）は2004年に顎関節症のリスク因子としてその病因性を報告してから、現在では一般の人々にも徐々に認識されてきている。一方で、その是正法についてはさまざまな指導が行われている結果、一人歩きをしている感は歪めず、誤った是正法やそれによる弊害も散見される。TCHを見つけるには当初行っていた「安静にしているときに上下の歯が接触していますか？」という医療面接での問いかけだけでは見出すことは難しくなり、現在では他のいくつかの方法を組み合わせで見つけるようにしている。また、是正法についても「歯をつけないようにしてください」と指導しても患者が実際は気付けないことが多く、うまく是正できないという声も聞こえている。本講演ではいくつかの実例を挙げて効率的なTCHの見つけ方とその是正法について解説する。

### 略歴：

1989年 北海道大学歯学部卒業  
1989年 東京医科歯科大学歯学部第一口腔外科入局  
2007年 東京医科歯科大学大学院 歯学博士取得  
2016年 佐藤歯科医院今戸クリニック開設  
2022年～ 東京医科歯科大学大学院医歯学総合研究科  
顎顔面外科学分野 臨床教授

日本顎関節学会 理事・指導医・専門医  
歯科衛生士活動推進委員会 委員長