

お口ポカン気になりませんか？①

鼻づまりがないにも関わらず、お口が良く開いていたり、舌が見えていたりしませんか？

このような状態を「お口ポカン」といって、食べたり話したりする機能が正常に発達していない状態で「**口腔機能発達不全症**」の一つです。



お口ポカンは、お口まわりだけでなく、このように全身とも大きな関わりがあるとされています。

次回は、お口ポカンを治すトレーニングを紹介します。

歯医者さんからのメッセージ

口腔機能発達不全症とは、主に成長期の子どもに見られ、近年は歯科での評価やトレーニングの重要性が注目されています。早期に発見し、しっかりお口で噛んで食べる力を獲得して、8020を目指しましょう。

8020
80歳になっても
20本以上自分の
歯を保とう