

「歯並び」と「かみ合わせ」のセルフチェックシート

鏡を見ながらあるいは食事をする時に以下の設問に沿ってチェックしてみましょう。あてはまる項目が少ないほど、良いかみ合わせ、良い歯並びといえます。該当する方は、いなげ矯正歯科医院に気兼ねすることなく相談にいらしてください。

性別 男 女

年齢 歳

咬んだとき、一番前に飛び出している上の前歯が下の前歯より5mm以上前に出ている 上顎前突（出歯）

咬んだとき、上の前歯が下の前歯の内側に入っている 下顎前突（受け口）

奥歯で咬んだとき、上と下の前歯の間にすき間があいて、舌が見える 開咬

下あごの先がどちらかに偏って、顔の左右が非対称である 交叉咬合

歯並びがでこぼこしている（八重歯や内側に倒れこんだ歯など） 叢生（凸凹）

左右で、あるいは上下で永久歯の数に違いがある 永久歯の先天性欠如

歯が抜けたままになっている かみ合わせの崩壊

麺類を前歯で咬み切れない 開咬、下顎前突
上顎前突
叢生（凸凹）

サイコロ状の肉を食べるとき左右の奥歯で同じように咬めない 交叉咬合
開咬
上顎前突

上手に発音できない音がある（特にサ行、タ行） 開咬、下顎前突
上顎前突
叢生（凸凹）