

られる体づくりができてきているかどうか。それが本当の勝負です。そしてこれは、リハビリでも言えることなのです。

大きな病気で入院した後、回復してリハビリテーション病院に転院したからといって、どんどんリハビリすれば良いわけではないのです。体力がないのに、どんどん歩行訓練をしたとしても、体力が奪われるだけで、決して歩けるようになりません。さらに注目されているのは、栄養です。栄養状態が悪いのに、リハビリを続けられれば、良くなるどころか悪くなってしまうことが分かっています。やはり基礎が大切なんですね。

そんなことを考えている時ふと気が付きました。高校時代、成績優秀でもなかった僕が、東大に入るような人と同じ勉強を目指しても無理だったのだと。当然そんな勉強が出来る訳も

なく、何も身につきませんでした。

### 入れ歯の適応力

入れ歯を装着してすぐ早くなじむ人がいます。もちろん入れ歯の出来もありますが、それにしてもすぐく適応できる方がいるのです。そこにはいろいろな条件がありますが、今回はその中の一つの因子について。

歯が抜けた後の顎は、もちろん骨の上に歯ぐきがあり、その上に入れ歯を乗せます。実は、この歯ぐきが肉厚な人ほど入れ歯を入れたときに痛みが出にくいのです。皆さんは、コマーシャルなどで入れ歯の安定剤やクッション剤という言葉聞いたことがあると思います。歯ぐきが肉厚であるということは、自分の体にクッション剤があるのと同じ

なので。

歯ぐきが肉厚である

と、痛みが出にくい、

吸着しやすい、物が入

りにくいので長く入れておけるし早く適応できます。このような肉厚な方は、圧倒的に男性に多いです。

一方、痛くなりやすい場所というものもあります。下顎の内側や上顎の天井に骨の出っ張りがある方がいます。その場所は、そこだけ歯ぐきが薄くなっており、入れ歯が動くとき、薄くしてしまうので痛みが出てしまいます。

問題は、歯ぐきを肉厚にできるかという点ですが、難しいですね。何かをすれば肉厚になるのだったら、入れ歯の悩みは大分減ると思うのですが。

