

歯医者で働く私の、『マウスピース矯正生活』

～事務長が患者になって気づいたこと～（アライナー 23 / 36）

渴望の念

前歯が動くフェーズに入り、期待が膨らむ分、事あるごとに鏡を見てしまう毎日。

でも、実際のところ「動いている」という印象はあまり無いかも。
ご飯を食べる時にマウスピースを外すと、上下の前歯の噛み合わせが「ちょっとズレてるかも？」と気になる程度。

それももしかしたら、動いていると思いたいだけの**変なバイアス**がかかっているのかもしれない。



思い込みを払拭する

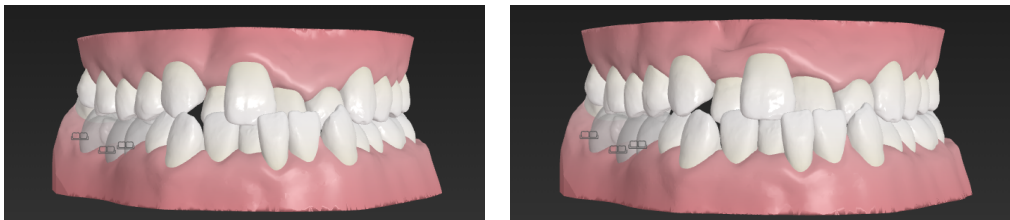
そんな曖昧な思い込みをキレイに払拭したい！

ということで、シミュレーションと実写の両方で「最初」と「22枚目終了時点」を比較するため、スタッフにお願いして写真を撮ってもらいました。

...が、いざカメラを向けられて。((あっ、汚れた歯をそのままアップすることはできない💧))

ここぞとばかりに歯科医院で働く強みを発揮し、着色や汚れを落としてもらってから撮影に臨みました😊

シミュレーション：最初（左）と22枚目終了時（右）



口腔内写真：最初（左）と22枚目終了時（右）



歯並び自体はまだ見せられたものではありませんが、これで変化をしっかり可視化できたはず。やはり資料があった方が説得力も上がるし、もっと段階ごとに資料撮影しておけばよかったと少し後悔。



半年経過のリアル

抜歯ケースでワイヤー矯正をしている方の進捗を見ていると、明らかに歯の動きに違いが見えて、ちょっと羨ましくなることもあります。全く異なる症例なので比較対象にするものではないと、頭では分かっているんですけどね。

色々つらつらと記録はしているものの、マウスピース矯正生活も開始からもう半年が経過し、今や完全に生活の一部と化しています。

小さな期待（変化）を胸に楽しんでいるくらいで、不安や痛みで頭を抱え込むようなことも特にありません。

- あくびをしたら顎間ゴムがプチッと切れて、「やいや」と呆れたり。
- 長時間外したままにしてしまった後、付け直すと「ぎゅうっ」と締め付けられ、マウスピースに怒られた気分になったり。
- 冷たい飲み物が前歯にしみるから、ビールを飲む時すら「すする」ように飲んでしまったり。

その時特有の変化を、ただともに過ごしているだけ。

今この瞬間に居るだけ。

