

南日本新聞掲載

令和6年1月23日(火)

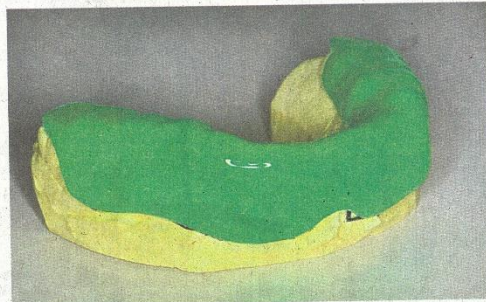


昨年開催されたラグビーのワールドカップでは日本チームの活躍に国中が盛り上がりました。選手たちがマウスピースを入れていたことに気付いた人もおられるのではないだろうか。

「スポーツマウスガード」と呼ばれるもので、元々はボクシング選手の歯やあごの損傷、脳の障害を防ぐために歯科医師がゴムで手作りしたのが始まりといわれています。

最近では選手自身の身体を外傷から守るといった目的以外にも、接触プレーの際に自分の歯で相手を傷つけるのを防ぐ、歯の摩耗防止とかみ合わせの安定によるパフォーマンス向上などの効

スポーツマウスガード



歯の摩耗防止やパフォーマンス向上にも役立つスポーツマウスガード

パフォーマンス向上も

果が認められています。対象競技も格闘技だけでなく、アメリカンフットボール、アイスホッケーなど体の接触があるコンタクトスポーツはもちろんのこと、野球、バスケット

ボールやトレーニング時にも推奨されています。

マウスガードは、スポーツ用品店やインターネットなどで販売されている既製品と、歯科医院で作るカスタムメイドのものがあります。

カスタムメイドは、歯科医院で一人一人の歯型をとって、模型上で精密加工成形するものです。その際、競技種目、口や歯並びの状態、年齢を考慮して設計します。フィット感、快適性以外に安定したかみ合わせが重要で、カスタムメイドはプロが細かく調整していることが大きなメリットです。

デメリットは、健康保険適用外なので既製品より費用がかかること、通院しなければならぬことなどが挙げられます。スポーツマウスガードの使用を検討されている方は、一度歯科医院に相談してみるのもいいかもしれません。

(鹿児島県歯科医師会情報・対外PR
委員 中島厚生)