



よ坊さんだより

▼47▲

前回は「前歯をぶつけたら」という題でお話ししました。前歯の受傷は特に小さなお子さんをはじめ、格闘技や身体接触のあるスポーツをする方に多く見られます。今回はスポーツをされる方を対象にマウスガードのお話をしたいと思います。

いろいろなスポーツで歯や歯ぐき、あごの骨などの外傷に
対する予防効果が報告されています。マウスガードは、主に弾力性のある軟らかい材料からできており、通常は上あごに装着します。使用されている材料自体が、外部からの衝撃を吸収すること

マウスガードの有効性

で口を保護する役割を果たします。
マウスガードの装着は、ボクシングやアメリカンフットボールで義務化され、試合時は必ず装着しなければなりません。一部義務化されているスポーツにラグロス、空手、ラグビーなど
ピッタリ合わせるのが困難です。そのため異物感が強く、発音しづらいなどの不都合を生じやすいのです。
一方、歯科医院で製作するオーダーメイドのマウスガードは、本人の口に合うよう、適正なかみ合わせを考慮して作られるので、市販の欠点が大幅に改善されたものとなります。特にスポーツをされる方は歯科医院で相談してみてください。
(京都府歯科医師会 山岡雄司)
*「よ坊さん」は日本歯科医師会のイメージキャラクターです。