



SPORTS マウスピースについて



スポーツマウスピースとは

スポーツ競技中に口の中の怪我を防止するための装置です。自分の歯や顎を守る事に加えて相手の選手をケガさせないことも目的とされています。

スポーツマウスピースの効果

アメリカの ADA の報告では、米国のスポーツ全般でスポーツのパフォーマンス装着することで、年間20万件以上怪我の予防されています。

- ① 口の中の怪我の予防
歯が欠ける・割れる・グラグラする。唇、舌、頬の裂傷、顎関節外れ、顎の骨の骨折など
- ② 歯ぎしり、食いしばりの力の軽減
力をいれたり、緊張すると普段より何倍もの力で歯をくいしばる。歯の破折や摩耗を予防できます。
- ③ 脳震盪の予防
マウスピースが噛み締めのを軽減することで、脳への衝撃を和らげます。
- ④ 筋力、運動能力の向上
歯がバランスよく噛めるようになると、脳が筋力をアップの指令がいきやすくなり、手の握力や足の筋力アップする。
- ⑤ 顎関節症の予防
食いしばりの強い力による顎への負担が軽減できる。
- ⑥ バランス感覚がアップ
身体の体軸がよくなり、スポーツのパフォーマンスがあがる。
- ⑦ 相手の選手の怪我の防止
自分の歯を守るだけでなく、相手を傷つけてしまう事故の防止。
- ⑧ 精神的なリラックス効果
マウスピースで守られた安心感でプレーに専念できる。

『装着が義務化されているスポーツ』

ボクシング(全年齢)/キックボクシング(全年齢)/総合格闘技(全年齢)/アメリカンフットボール(全年齢)/ラクロス(女子のみ)/ラグビー(中学・高校生)ホッケー(中学・高校生)

『装着を推奨するスポーツ』

硬式野球 / ソフトボール / サッカー / バasketボール / ゴルフ / スキー / スノボ / アイスホッケー / サーフィン / ウェイトリフティング / アームレスリング

Q & A 市販のマウスピース vs オーダーメイド (by 歯科医院) の違い?!

元々形が決まっているタイプや変形してきてフィットするもの等があり、安価で購入できますが、ずれたり外れたり最適な装着感や長時間装着できないものも多くみられます。歯科医院のオーダーメイドのものより、口の中の保護率が10分の1とされています。歯科医院でつくるオーダーメイドのマウスピースは、一人一人の歯の形に合ったものができるので装着感もよく、丈夫で安全、身体のバランスが向上し筋力アップやスポーツのパフォーマンスもあがりやすくなります。

当院では、一人一人に合った色でマウスピースを制作し、スポーツによる痛みやパフォーマンスをあげる調整まで治療いたします。

- 耐久性は、1回/年
- 手入れは、使用の前後に水ですすぐだけ(お湯や直射日光を避ける)
- 虫歯があると治療後にずれる場合があります。(治療後に製作が推奨)



※様々なカラーをラインナップ

- | | | | |
|------------|-------------|------------|-----------|
| ● ブライトレッド | ● ディープレッド | ● オレンジ | ● ブライトピンク |
| ● ブライトブルー | ● ダークブルーレッド | ● ライトブルー | ● マルーン |
| ● ディープグリーン | ● ブライトグリーン | ● ブライトイエロー | ● ゴールド |
| ● シルバー | ● ビュアホワイト | ● ディープブラック | |

