

口は健康のもと Vol.153

お孫さんの歯をけがから守るためにできること

近年、子どもの運動能力の低下が問題視されています。日常生活や学校の授業など比較的軽い運動でも転倒し、けがをしてしまう子どもが増加しているようです。実際、自宅で口にけがをして歯科医院を受診する子どもが増加しているように思われます。唇を切った程度であればよいのですが、歯が欠けたり歯が抜けたり、歯にけがをしてしまうと、噛み合わせに影響が出ることがあります。

一方で、2020年の東京オリンピック招致も決定し、スポーツブームに火がついてスポーツ人口が増加する傾向にあります。お孫さんの中にもオリンピック選手を目指して努力されているような方もいらっしゃるのではないのでしょうか？

さて、歯のけがが最も多いスポーツは何かご存知でしょうか。答えはバスケットボールです。「えっ？」と思われる方もいらっしゃると思います。ラグビーなどの体が激しくぶつかり合うスポーツの方が歯のけがが多いように思われます。しかし、ラグビーは練習中や試合中にはマウスガードという歯のけがを防ぐ装置を装着することが義務づけられているため、歯のけがが少ないのです。

最近では、歯のけがの予防のためにサッカーやバスケットボールでもマウスガードの使用が推奨されています。スポーツをされているお孫さんのために、歯科医院でマウスガードについて相談されてみてはいかがでしょうか。



奥羽大学歯学部附属病院
矯正歯科 講師 川鍋 仁