

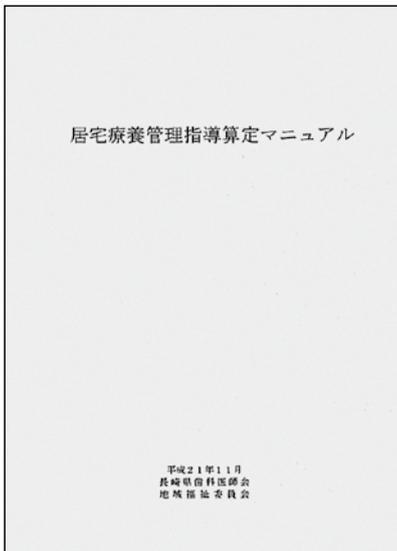
(保育所・幼稚園、学校における集団フッ化物洗口実施マニュアル) 平成25年度作成



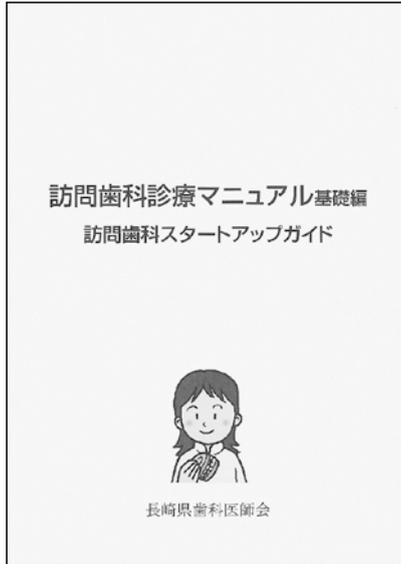
(フッ化物の応用による効果的なむし歯予防 CD) 平成25年度作成



(「訪問歯科診療」「居宅療養管理指導算定」マニュアル) 平成25年度作成

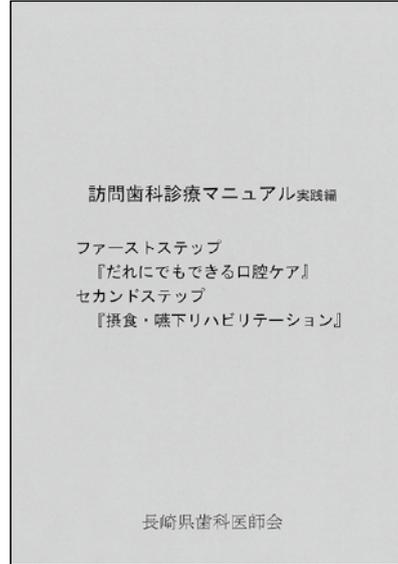


(訪問歯科診療マニュアル)
平成18年度作成



基礎編

平成26年度改訂



実践編

(口腔保健センター) 平成26年度作成

(マウスガード ポスター) 平成17年度作成



(マウスガード スポーツを安全に楽しむために リーフレット) 平成27年度作成

カスタムメイド マウスガードの作り方

①正確な噛み合わせのために歯型を採ります。

②歯型に合わせて専用のシートで作成します。

③適合性や噛み合わせを調整します。

④実際に装着して最終的な調整をします。

市民の皆さんが、安全にスポーツを楽しむために、専門的な立場からスポーツライフを応援しています。

一般社団法人 長崎県歯科医師会 学務委員会
〒852-8104 長崎市浅野町3-19
TEL 095-848-5311

一般社団法人 長崎県歯科医師会
<http://www.nda.or.jp>

マウスガードを装着しなければならぬスポーツ

競技種目	義務化の有無
ボクシング	義務化
ラグビー	〃
キックボクシング	〃
アメリカンフットボール	〃
空手	一部義務化
アイスホッケー	〃
ラグロス	〃(女子のみ)

マウスガードの効果は?

歯が口の中を傷ついたり歯を折るのを予防する

歯の破折、脱臼を予防する

歯肉炎を予防する

歯が口の中を傷ついたり歯を折るのを予防する

マウスガードを装着することによって、安心感を持って積極的にプレーができるという心理効果も大きいようです。

噛み合わせが向上することで能力の向上が図られる。

安心感による、積極的プレーやプレーの向上が図られる。

運動能力向上への期待

マウスガードについて

必要理由はスポーツに起因する外傷や障害は、スポーツ本来の目的である「健康の維持・増進」や「体力の向上」に反するものであり、その予防対策は極めて重要であると言えます。すなわち、顎関節症などのスポーツ外傷とは、口唇や頬粘膜など口腔内外の軟組織の損傷、歯の破折や脱臼、さらに顎骨骨折などがあります。その発生は、自己修復機能のない特別な歯質である歯やその周囲組織の損傷あるいは喪失をもたらす結果として顎関節の機能低下や外観不良を引き起こします。

文部科学省から
一度「口の健康づくりに関する資料」が発行されましたが、その中で中学生や高校生を対象に「マウスガードを知る」という項目があります。「外傷に対する安全を自分自身で管理するため、マウスガードがある」ということです。

【留意点】
①歯肉腫瘍によって毎々の腫瘍や選手に制作されるカスタムメイドのもの
②選手自身がスポーツ用品などで購入する市販のもの

入手方法	歯科医師	市販のもの
製作方法	歯型を採り模型で製作	選手自身の口の中で成形
使用感	慣れていない	劣る
外傷予防	効果高い	効果低い
型	歯科医師	無い

(小冊子「いい歯いきいきめざそう8020 自分の歯を保っていつも歯ッピー」)
平成27年度発行

健やかな生活のために

いい歯いきいき
めざそう
8020
自分の歯を保って
いつも歯ッピー

公益財団法人 8020推進財団