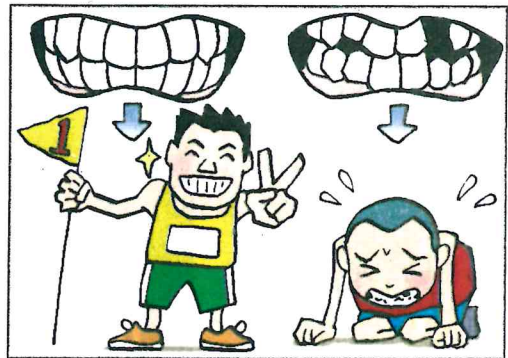


◇1448◇

皆さんは、スポーツ歯科という言葉をご存じでしょうか。これは、スポーツと口の中は関わり合いが深いため、スポーツ愛好家の口の中を健康にするために発達した分野です。具体的には、スポーツ競技中に起こる口腔内のけがの予防や、いざけがをしたときの迅速な治療のことですが、今回はスポーツ競技を離れたところでの話をしましょう。

よく雑誌やテレビで「かみ合わせを変えると運動能力が上がる」という特集

口内環境と運動能力



を見ますが、本当でしょうか。とある介護施設の入所者を対象に、歯が抜けてかみ合わせのないグループと、入れ歯や自身の歯でかみ合わせのあるグループの二つに分けて、リハビリの進行度を比較しました。結果は見事に、かみ合わせのあるグループに良好な結果が得られました。これにより

今のかみ合わせに疑問を持たれている方は、スポーツをしていないに関係なく、歯科医院に行って相談されることをお勧めいたします。

(草津市、岡崎全宏 滋賀県歯科医師会)

り、かみ合わせと運動能力に関係があることが証明されました。かみ合わせがある人は普通に運動能力を発揮します。しかし、かみ合わせがない人は、普通以下の能力しか出せていないのです。

これは、スポーツ選手にも当てはまります。歯が抜けてほっておいたり、もともと歯はあるのに歯並びが悪く、治療や矯正をすることで本来備わっている力を出せるようになりません。