

医療

早期発見・早期治療のススメ

シリーズ

歯科治療最前線

マウスガード装着でケガ予防と運動能力アップ

「スポーツ歯科医学」

多くのスポーツにおける病気やケガの予防や治療を行うのが「スポーツ歯科医学」と呼ばれています。その中で歯や口腔関係などの歯科分野を扱うのが「スポーツ歯科医学」です。今回は「スポーツ歯科医学」を取り上げてみました。

スポーツ医学の歯科分野

「スポーツ歯科医学」というのは、一般の人々にとって聞き慣れない言葉です。まず、スポーツ活動に支障があるような病気やケガなどへの適切な対応をするための学問として、「スポーツ医学」があります。簡単に言えば、スポーツ医学の歯科分野が「スポーツ歯科医学」です。



熊本インプラントセンター
添島 義樹 院長
日本口腔インプラント学会 専門医
厚生労働省指定 臨床研修指導医
中島学園非常勤講師

専門医からのアドバイス Q&A

「スポーツ歯科医学」

スポーツにおいてケガ(外傷)はつきもの。歯を含めた口腔内をケガから予防することで生まれたのがスポーツ歯科医学。スポーツ時のケガの予防器具として着用が増えているのがマウスガードです。そこで今回は「スポーツ歯科医学」について、添島歯科医院(熊本市桜町)の添島義樹院長に、お話を伺いました。

マウスガードが正式名称

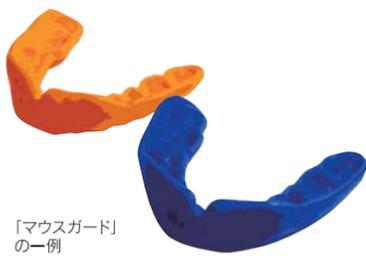
Q スポーツ歯科医学の歴史は?

A 日本スポーツ歯科医学会は1990年に設立され今年で23年、歴史は浅いですが、それ以前にも研究はされていました。その予防的器具の具体名がマウスガードです。マウスピースと呼ぶ人もいますが、歯科ではマウスガードが正式名称

歯と歯周組織などを守ることを目的としています。歯列全体を覆い被せますから、結果的に装着時に噛み合わせを高めることとなります。

マウスガード装着による効果は予防以外では科学的にはまだ解明されていませんが、筋力アップや重心の安定化、パフォーマンスの向上などの効果があらわれたケースが、日本スポーツ歯科医学会などで報告されています。

日本スポーツ歯科医学会理事長の安井利一明海大学学長は「スポーツ歯科医学は、スポーツ・運動にかかわる若者男女を対象にするため、子ども達の運動能力から高齢者の生活活動動作など生活の中での医療ともいえます。また一流選手と言われるほどコンディショニングを大切にします。マウスガードによるスポーツ外傷の予防は広がりを見せています。スポーツ安全は国の文化だと思います」と話しています。



「マウスガード」の一例

マウスガードは、外から加わる衝撃から幅広い活用が可能なマウスガード

幅広い活用が可能なマウスガード

マウスガードは、外から加わる衝撃から幅広い活用が可能なマウスガード

マウスガードは、外から加わる衝撃から幅広い活用が可能なマウスガード

Q マウスガードの有効性は?

A 主に格闘技などを含めたコンタクトスポーツにおいて、歯やその周囲の柔らかい組織である頬、舌、上唇、下唇などをケガから守ったり、歯が欠けたり脱臼するのを防ぐことが一つ。試合や練習中、ぶつかり合ったりして脳震とうを起したりしますが、それらを防ぐのが二つ目。これらを予防することを目的に口の中に装着するのがマウスガードです。また、瞬間的な集中力の向上にもつながるといわれています。

オーダーメイドがお奨め

Q マウスガードの購入はどこで?

A マウスガードは歯科医院で作るオーダーメイドのものと市販されているものがあります。厚さは約3ミリ程度ですが、最近では色もいろいろ出てきています。歯科医院で作ると

5階の健康管理センターを改装

服部胃腸科

内視鏡を駆使した消化器専門施設の服部胃腸科(熊本市新町2丁目、後藤英世院長)は、人間ドック、健康診断などを行う5階健康管理センターを改装した。

今回の改装では、同フロアの待合室や事務スペースを中心に壁やフロアリング、家具の色を茶系の素材に変更。待合室のソファやテーブルなどのインテリア類を一新し、男性、女性に分かれて座れるようにした。また、問診スペースをテーブルごとに間仕切りし、プライバシーに配慮した作りに変更した。さらに身障者用トイレ、普通トイレをそれぞれ1箇所増設する予定。同院では「アメニティ空間を重視した利用しやすい環境を整えた。が、人や生活習慣病の早期発見のために1年に1回は定期健診を受けたい」と話している。



▲改装した5階健康管理センター

医療 ニュース KUMAMOTO

診療科目は心療内科、精神科、婦人科(予約制)。そのほか、うつ病患者のケアやリワークプログラム(復職支援)などを行っていくという。診療時間は午前9時半から午後4時半まで(土曜日は午前9時から同11時まで)。休診日は日・祝日。スタッフは医師、看護師、臨床心理士、事務含め12人。

同院の岡野高明院長は「精神科や婦人科の専門外来の設置は九州では初。ベテランの女性医師が診療しますので、」



▲沼山津4丁目に開院した「熊本心身医療クリニック」

沼山津4丁目に心療内科、精神科クリニック

明薫会

熊本市月出7丁目の長嶺南クリニックを運営する明薫会(泉薫子理事長)は、同市沼山津4丁目に心療内科、精神科クリニックを開院した。

場所は県道熊本高森線沿い。名称は「熊本心身医療クリニック」。医院は3階建てで延べ床面積は約677㎡。フロア構成は、1階が婦人科と精神科、心療内科の診療室(4室)、待合室にキッズルームを併設、2階はデイケアルームとカウンセリングルーム、3階がスタッフや医師の研修室となっている。

また、乾燥(かんせん)や白癬(はくはん)、アトピー性皮膚炎などを治療するという「光線治療器」などを備えている。診療科目は形成外科、皮膚科、アレルギー科。そのほか自由診療でAGA(男性脱毛)、アンチエイジング(プラセンタ注射)なども行う。診療時間は午前9時から午後5時半まで(水・土曜日は正午まで、木曜日

は手術日)で休診日は日曜・祝日。スタッフは5人。

石原医師は「豊富な手術経験と確かな技術で、安心・安全な医療を提供していきます」と話している。



▲近見2丁目に開院した「いしはら皮膚外科クリニック」

ダイエツト外来を開始

シャワー通りきさきクリニック

熊本市下通2丁目のシャワー通りきさきクリニック(木佐貫浩一院長)は、同クリニックでダイエツト外来を開始した。

メタボリックシンドロームから発生する生活習慣病などを予防するため、医師が一人ひとりの体質や環境、年齢などを把握した上で、適正な体づくりをサポートしていくもの。

ダイエツト外来の流れは、食生活などの調査や問診を行い、インボディという体組成計(たいそせいけい)を用いて身長や体重、ウエストのほか、体水分・たんぱく質・ミネラル量など部位別の筋肉・脂肪のバランスなどを計測。併せて血液生化学検査を行い、肥満の後ろに隠れている病気のチェックも行う。

その後、計測された結果をもとに患者に適合した漢方薬など内服薬の処方や食事・運動療法、生活指導などを行っていく。3カ月をワンクールとしており、2週間ごとに来院して経過を観察するという。また、保険診療に適合しており、内服薬は保険処方が可能となっている。



▲体組成計「インボディ」

第一高校 ● 合同庁舎 ● (社)日本口腔インプラント学会指定研修施設
 添島歯科医院
 熊本市桜町1-28-205 桜町センタービル2階
 TEL 0120-354-508
 http://www.soejima-sika.com/