

マウスガードは
お口の
ヘルメット?



カスタムメイドマウスガード
歯科医院で製作したもの

ヘルメットが頭にピッタリ適合していると、頭をケガなどから守ることができます。お口の中は頭より複雑な形で、さらにかみ合わせも人によって異なっています。

ピッタリ合うように作ったマウスガードはお口をしっかり守り、発音しやすくコーチングも容易です。

詳しくは、
かかりつけ歯科医院
または**沖縄県歯科医師会**まで
ご相談下さい。

マウスガードをつけて安心してスポーツを楽しもう!!!

こんなスポーツに
マウスガードを!



サッカー



ラグビー



アメフト



空手



アイスホッケー



スキー・スノーボード

その他

野球・ボクシング・バスケットボールなど

社団法人 **沖縄県歯科医師会**

TEL098-877-1811

沖縄県浦添市港川1-36-3

<http://www.okisi.org>

制作・協力 社団法人 北海道歯科医師会



MOUTH
スポーツ時のケガ予防に!
マウスガード
GUARD



マウスガードは
お口の
ヘルメット?

社団法人 **沖縄県歯科医師会**

マウスガードとは？

安全にスポーツをするためにお口を守る道具です。コンタクトの多いスポーツはもちろん、他のスポーツでも口の中やその周辺にケガをすることがよくあります。

安全にスポーツをするためにマウスガードをお勧めします。



スポーツをしていて前歯を打撲した例。今にも歯が抜け落ちそうです。



マウスガードを入れておけば安心ですね!!



マウスガードを装着することで、安心して積極的なプレイをすることができます。

マウスガードの効果？



1. 外傷の予防

マウスガードを装着することで、歯・口・頭を守り、運動パフォーマンスの向上に役立ちます。

- 歯の破折
- 歯の脱臼(歯が抜ける)
- 顎骨骨折
- 口の中や口唇周囲の裂傷

2. 脳しんとうの軽減

頭を安定させ、脳や脊髄への衝撃をやわらげ、脳しんとうを起こしにくくします。

3. 運動能力の向上

筋力や瞬発力が良くなることもあり、実力が発揮しやすくなります。



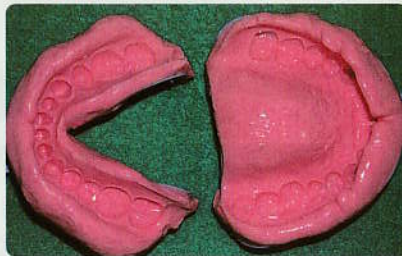
動きの早いスポーツ、コンタクト(接触)の多いスポーツでは、顎や顔面領域のケガの発生率が高くなっています。

1回目

むし歯やかみ合わせを調べた後、歯型と咬み合わせを取ります。

マウスガードの作り方

～歯科医院での製作手順～



2回目

ひとり一人に合わせて調整後、装着します。



歯型はひとり一人違うものです、自分の口に合ったカスタムメイドマウスガードを装着することで集中力もアップします。

写真提供：東京歯科大学スポーツ歯学研究室