

医科学 見聞録

スポーツと噛み合わせについて

公益社団法人 山口県歯科医師会 常務理事
松浦歯科医院（山口市） 院長 松浦哲郎

ゴルファーの尾崎直道プロが、昨年の大会でホールアウトした後、関係者に「これを使うと飛ぶ」とマウスピースを取り出しました。これは「ゴルフ規則に抵触するのでは」と自ら申告したところ、協議の結果「失格」が通告されたという「事件」がありました。

スポーツにおける口腔内に装着する装置としては、マウスガードが知られています。これは主にラグビーや空手といったコンタクトスポーツで、歯や口腔内の粘膜の外傷予防と共に脳震盪の抑制・軽減が期待できます。

マウスガードと混同される装置として、テンプレートやMORA(Mandibular Orthopedic Repositioning Appliance)と呼ばれるものがあります。これらは運動能力向上を主目的としたもので、スポーツ競技で使用した場合は、前述の尾崎プロのように不公平な装置(ドーピングエイド)としてその使用を禁止される可能性があるようです。

さて、マウスピースと運動機能向上との関連はこれまで種々の報告がありますが、そのエビデンスは必ずしも確立していないのが現状です。尾崎選手の場合もプラセボの可能性があるでしょう。

かたやインバクトの瞬間は上下の歯を噛み合わせない方が良いとの説もあります。インバクト時に絶叫するテニスのシャラポア選手がその代表格です。マウスピースを装着する野球選手も最近は減っているようで、楽天の田中将大投手も以前はマウスピースを装着してプレーしていましたが、今年は着けずに大記録を樹立しました。

以前テレビ中継で実況者が「王貞治選手はホームランを沢山打ったので歯がボロボロになったそうですね」と話すと、野球解説者の故青田昇氏が「いや、あれは虫歯なんですよ」と軽く一蹴されました。さすが青田さん、的を射た答えだったと思います。

噛みあわせと歯科疾患(顎関節症、歯周病等)との関係も、近年の研究でその関連が希薄というのが常識になりつつあります。

噛みあわせの効果を期待するよりも、むし歯や歯周病といった疾患で歯の健康を損ねないようにすることが、スポーツ愛好者にとって大切なのではないでしょうか。

