

体育会系の部活で頑張っている中高生や大学生、市民ランナーやジムで鍛えているかた
すべてのスポーツ愛好家にこのマンガを捧げます！

アスリートも 歯がいのち!



著 太田武雄

マンガ ほりみき

執筆協力者代表 武田友孝

口呼吸による唾液不足、スポーツドリンクによる酸蝕など、アスリートの口腔は過酷な環境下にあります！
バレーボール日本代表選手をサポートする歯科医師による貴重な指導経験が凝縮したマンガと解説23編を、患者さんの歯科指導にお役立てください！

佐藤信夫氏

浅田真央さん元コーチ

苅部俊二氏

リオ五輪リレー指導者

推薦!



「アスリートは
むし歯に
なりやすい?!」
これホントです。



【著者】

太田武雄(おおた・たけお)

日本オリンピック委員会強化スタッフ(医・科学)／日本スポーツ協会公認スポーツデンティスト／日本スポーツ歯科医学会会員
日本バレーボール協会ハイパフォーマンスサポート委員会
メディカルユニットの一員として日本代表、ユース、ジュニア選手の歯科指導にあたる。著書に『歯医者に聞きたい歯の治療改訂版』(口腔保健協会)。



本書でとりあげるスポーツ

野球／サッカー／バレーボール／バスケットボール／
ラグビー／テニス／卓球／陸上短距離／マラソン／ジョギング／
水泳／スケート／スキー／アイスホッケー／柔道／相撲ほか

おもなテーマ

お口の渇きとむし歯のリスク／むし歯・酸蝕症とスポーツドリンク／疲労と歯周病(歯肉炎)／
親知らずと炎症／よく噛むことと唾液の力／寝る前の歯みがき忘れずに！／
矯正治療とバランス／噛み合わせと身体能力／スポーツ中の噛みしめ／顎関節症／
くいしばり／歯をケガしたらとっさにすべきこと／
親知らずの埋伏歯とあごの骨折／マウスガード／睡眠時無呼吸症ほか

CONTENTS

推薦の言葉

林 光俊(杏林大学医学部付属病院整形外科)
田上順次(東京医科歯科大学副学長)
佐藤信夫(フィギュアスケートコーチ)
苅部俊二(日本代表リレー指導者、法政大学教授)

はじめに トップアスリートの歯科事情
図解 こんな歯の病気にご用心!

PART1

アスリートの歯を

取り巻く環境は過酷!?

むし歯 歯周病 酸蝕症

学生アスリートのむし歯事情
トップアスリートの親知らず問題
トレーニング疲れが歯周病に影響?
アスリートの敵か味方か? スポーツドリンク!
炭酸やビタミン飲料と酸蝕症
よく噛んで食べ唾液の力を引き出す 22
アスリートにおすすめ「10分間ながら歯ブラシ」 24

PART2

知ると知らないでは大違い!

歯並び くいしばり

歯やあごのケガ

歯並びや噛み合わせと運動能力の関係

スポーツ中の噛みしめについて
していませんか? 日常の食いしばり
アスリートの顎関節症事情
歯をケガしたときとっさにすべきこと
親知らずの埋伏歯と下あごの骨折

PART3

歯とお口の健康が パフォーマンスに影響? 各競技別に 歯科からアドバイス!

陸上競技と噛み合わせ
水泳競技と歯の健康
サッカーとケガの予防
バレーボールと歯とあごの健康
フィギュアスケートとからだのバランス
スキーとマウスガード
アイスホッケーと前歯の治療
お相撲さんの意外な悩み

おわりに

シニアスポーツのすすめ
健康な歯で
生涯アスリート!
シニアアスリートと歯の健康

きりとり線

注文書

アスリートも歯がいのち!

モリタ商品コード:208040656

冊注文します。

●お名前	●貴院名	●ご指定歯科商店
●ご住所 (〒)		
●TEL	●FAX	
		支店・営業所

※ご記入いただいた個人情報は、弊社の新刊案内、講演会等の案内に利用させていただきます。
※ご指定歯科商店がない場合は送料をいただき、代金引換宅配便でお送り致します。