

2022 全日本モトクロス選手権参戦選手（170 名）に行ったマウスガード使用率 及び口腔領域の受傷についてのアンケート結果の報告と考察

MFJ メディカル部会

2022 全日本モトクロス選手権参戦選手の皆様にご協力頂き、マウスガード使用に関するアンケートを行いましたのでその結果を会員の皆様にご報告させていただきます。

設問内容

設問 1

競技中・練習中にマウスガードをしていますか？

設問 2

使用しているマウスガードはどのタイプですか？

設問 3

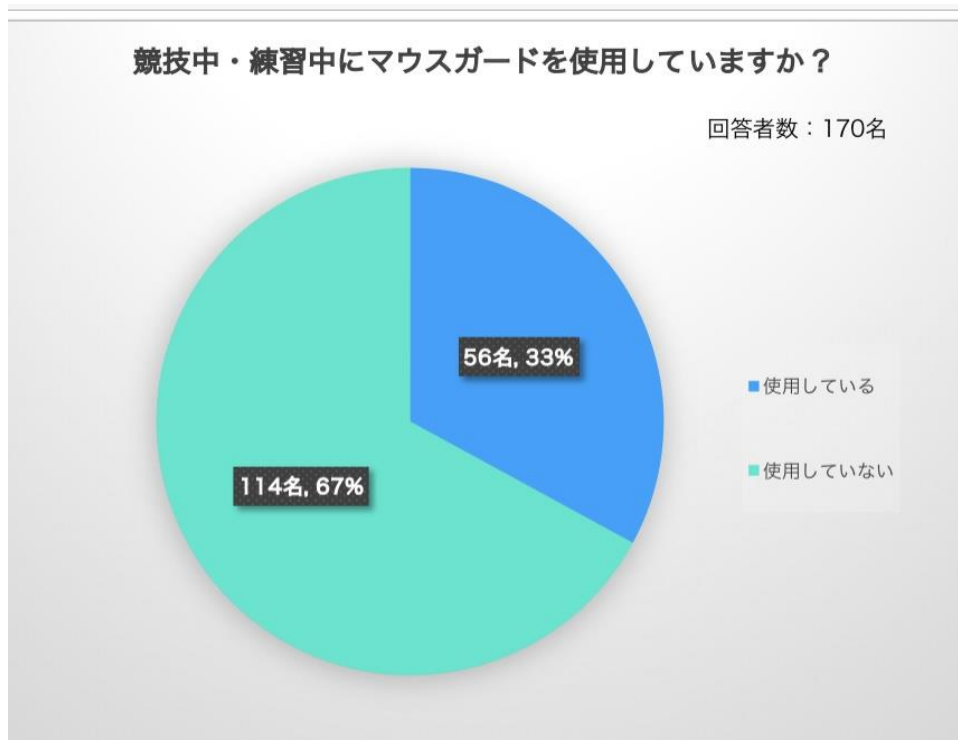
今までに競技中・練習中に口の中の怪我（例えば歯が欠けた、折れた、脱臼した。唇や頬っぺた、舌の裂傷、あごの骨の骨折など）をしたことがありますか？

設問 4

上記の怪我をしたことがある方にお聞きします。受傷したときマウスガードを使用していたかどうか？

アンケートの結果と考察

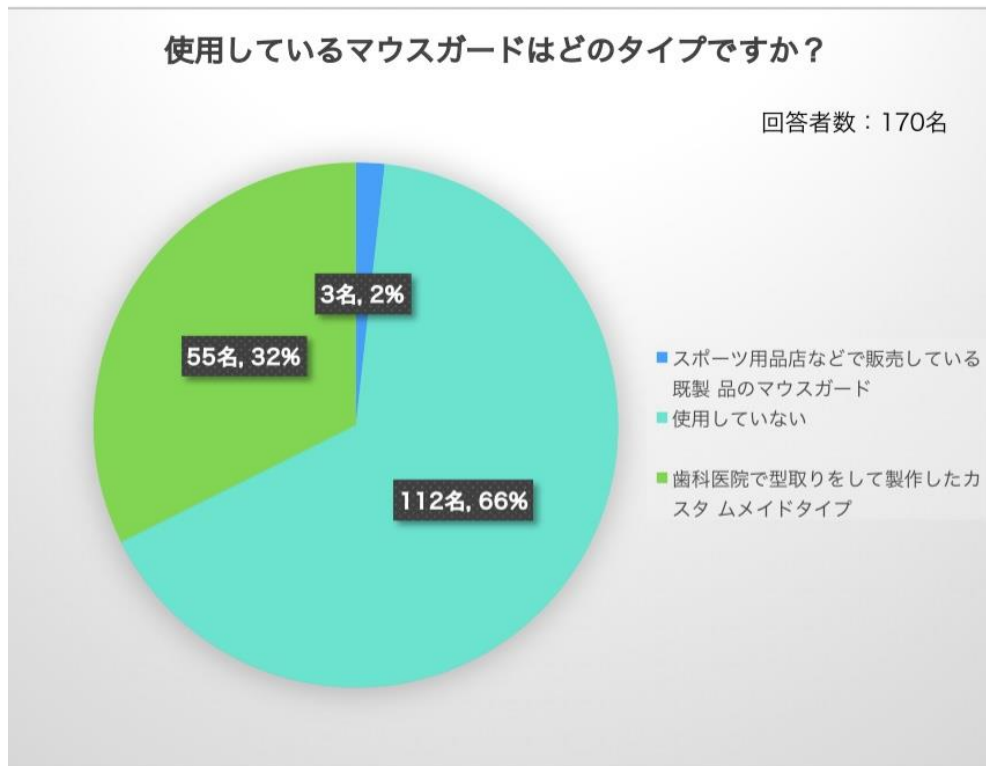
設問 1



56名（33%）の選手が使用している

マウスガード使用が義務化されている競技を除くと、モトクロスでのマウスガード使用率は比較的高めだと言える。ジャンプ着地での衝撃が高いためか選手自身が必要性を感じていると推測される。

設問 2



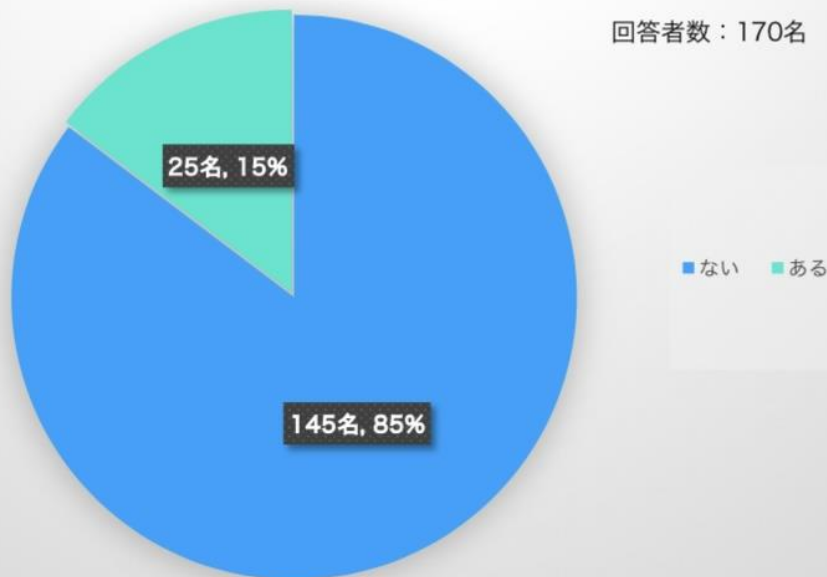
55名の選手が歯科医院で型取りして製作したカスタムメイドタイプであった。

マウスガード使用者の殆ど（98%）がフィットの良いカスタムメイドの製品を使用している。選手の競技に対する意識が高いと言える。既製品やボイル&バイトのマウスガードは脱落しやすく競技に集中することが出来ない。

設問3

今まで競技中・練習中に口の中の怪我（例えば歯が欠けた、折れた、脱臼した。唇や頬っぺた、舌の裂傷。あごの骨の骨折など）をしたことがありますか？

回答者数：170名



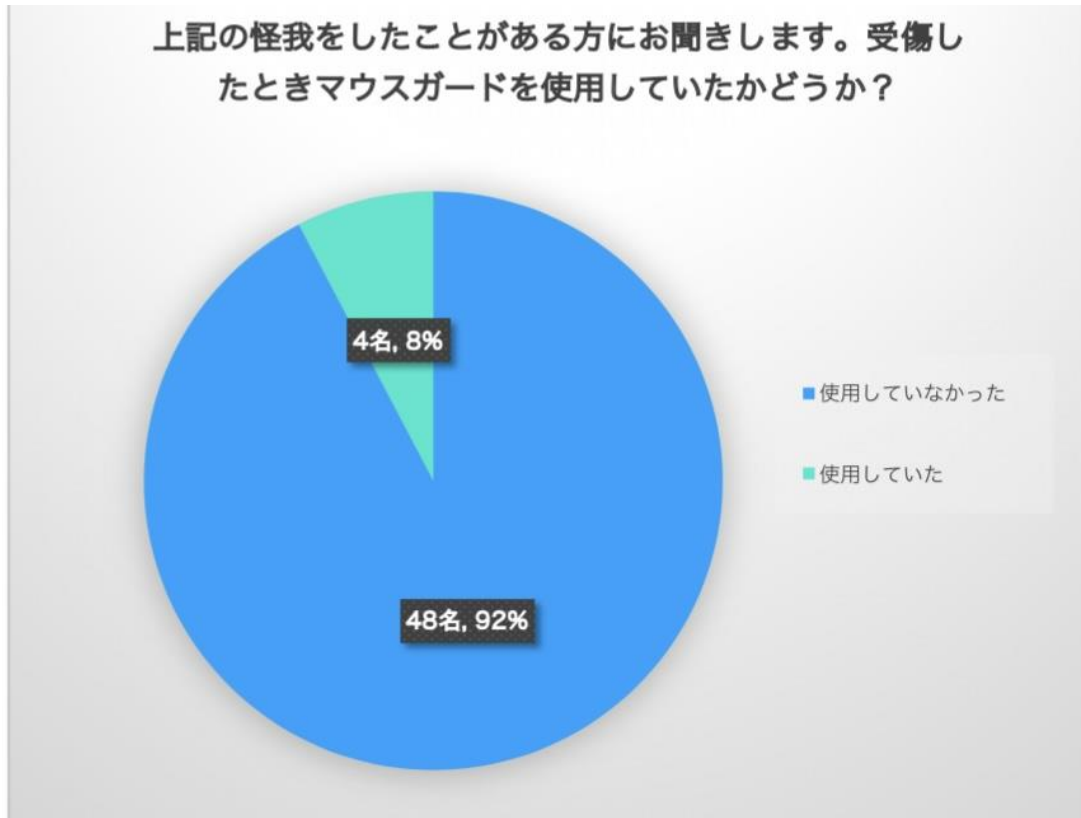
25名15%の選手が受傷歴あり

受傷者のほとんどが受傷時マウスガードをしていない。

マウスガード義務化されていないコンタクトスポーツより受傷率は低めである。

例えばサッカーは30%強の受傷率である。モトクロスはヘルメットを使用しているため、サッカーのような直接的な接触が少ない事が受傷率の低い理由かもしれない。

設問4



(一部回答)

受傷者の92%がマウスガード不使用。

マウスガード使用者56名の事故回数4回…口腔外傷受傷率7%

マウスガード未使用者114名の事故回数48回…口腔外傷受傷率42%

マウスガード使用者と未使用者の受傷率は6倍の差があり、明らかな有意差があると考えられた。この値は他のスポーツでも同様の数値である。

転倒時に衝撃でヘルメットが揺さぶられると、ストラップが下顎を持ち上げ上下の歯牙が衝突し、その振動が頭蓋骨に伝達し脳震盪を誘発する場合がある。

レースウィークに脳震盪を起こすと出場停止となるため、怪我の予防だけでなく欠場のリスク回避の点からもカスタムマウスガードの使用を強く推奨する次第である。