

## 【 講演1 】

# 顎口腔外傷の予防におけるマウスガードの有用性と 小児への応用時の注意点

正村 正仁（学校法人松本歯科大学 小児歯科学講座）

現在の我が国においては、健康寿命延伸のための一手段として、積極的にスポーツに取り組むことが推奨されています。しかしながら、スポーツ活動に際しては、不慮の事故が発生することが珍しくなく、それは顎口腔領域においても例外ではありません。スポーツに起因する外傷は、「健康の維持・増進」という、それ本来の目的とは相反する結果を招くものであるため、その予防対策が必要となります。各種スポーツに適した防具の開発やルールの変更などは、そのような取り組みの代表的なものと言えるでしょう。そして、顎口腔外傷の予防・軽症化においては、マウスガードの使用が効果があるとされており、成人、小児を問わずスポーツ活動の際には装着することが推奨されています。その根拠となるマウスガードの有用性に関する実験研究も、歯科医師を中心に国内外において盛んに行われていますので、その一端ではございますがご紹介をさせていただきます。

また、小児期は心身ともに成長・発育の途上にあるため、時間の経過とともに、そのいづれにも様々な変化が生じることとなります。そして当然のことながら、顎口腔領域もその例外ではありません。そのため、小児に対してマウスガードを作製・提供する際には、ポイントとなるいくつかの注意点が存在し、これは近年の歯科医師国家試験における頻出の事項と言っても過言ではない重要な知識です。本日は限られた時間ではございますが、この点につきましてもお話しさせて頂こうと思っております。

本講演の内容が、医師、看護師、保健師、養護教諭などの、歯科医師以外の職種の皆様方にとっても、少しでも何かのお役に立てるものとなれば幸いです。

## 【 講演2 】

### ジュニアアスリートを取り巻く環境と健康問題 ～ジュニアアスリート外来での経験から見えてきた課題～

師田 悠（信州大学医学部附属病院 小児科）

ジュニアアスリートでは、女性アスリートの3主徴（利用可能エネルギー不足、無月経、骨粗しょう症）に加えて、性別や力量によらず成長障害やスポーツ貧血、オーバートレーニング症候群など、心と身体の成長著しい時期であるからこそ注視すべき問題があり、それらの多くは予防と早期発見、適切な評価と治療介入で対応可能である。ジュニアアスリートのスポーツ外傷など、外科的疾患については広く認識されているが、内科的疾患については確立した疾患として周知されておらず、ジュニアスポーツの関係者だけでなく、医療者や世間一般に対する啓発も必要と考えられる。

このような状況を踏まえ、当科では2021年8月にジュニアアスリート外来を開設した。現状の健康問題に介入するとともに患児の全体像を把握し、必要に応じて当院専門部署（臨床栄養部、婦人科、子どものこころ診療部、整形外科等）と連携して、ジュニアアスリートの包括的な支援に取り組んでいる。

ジュニアアスリートでは目の前の競技成績を求めるばかり、自身の体調変化に気づきにくい、または気づいていても対応できないことがあり、周囲の大人の助言を受けて受診する患者は少なくない。一見健康とされるジュニアアスリートに対し、健康問題を有している可能性を考慮し対応していく必要がある、保護者や指導者のみならず、ジュニアアスリートと関わる全ての職種が連携して支援していくことが重要であると考え。本会では、当科での診療内容とこれまでの取り組み、そこから見えてきた今後の課題について報告する。

## 【 特別講演 】

### 女性アスリートで頻度の高い婦人科疾患とその対策

能瀬 さやか（国立スポーツ科学センター  
スポーツ医学研究部門 産婦人科）

一般女性と比較しアスリートで多くみられ疾患として、利用可能エネルギー不足、視床下部性無月経、骨粗鬆症が挙げられる。従来、これらの疾患は「女性アスリートの三主徴（Female Athlete triad：Triad）」と呼ばれ広く周知されてきたが、現在は、2014年に国際オリンピック委員会が提唱した Relative Energy Deficiency in Sport（REDs：スポーツにおける相対的なエネルギー不足）の概念に基づき診療が行われている。この REDs は Triad を包含する概念であり、利用可能エネルギー不足を伴うアスリートにみられる、健康およびパフォーマンスに有害な結果をもたらす症候群とされている。利用可能エネルギー不足による健康問題のうち、骨への影響については、特に 10 代からの医学的介入が重要となる。10 代で低骨密度を認めるアスリートでは、4.5 倍疲労骨折のリスクが高く、疲労骨折の好発年齢は競技レベル問わず 16 歳から 17 歳と 10 代が多い。ジュニアアスリートのパフォーマンスや障害予防を考える上でも、利用可能エネルギー不足や無月経の改善は、アスリートに関わる多職種が連携して考えていかなければならない問題である。

また、月経困難症や月経前症候群等の月経随伴症状については、アスリートのコンディションやパフォーマンスに影響を与える問題となり得る。これらの疾患に対し、ホルモン製剤を用いた対策が行われており、近年、ホルモン製剤を服用するアスリートは増えつつある。ホルモン製剤を開始する際は、競技や練習日程を考慮した使用開始時期の決定や投与後の副作用（特に体重増加）の経過観察を慎重に行っている。

本講演では、女性アスリートが産婦人科を受診した際、無月経や月経随伴症状に対しどのような治療を行っているか、これまでの調査結果を紹介し解説する。