



歯槽膿漏(歯周病)

[後編]

いくら練習しても体の軸がブレてスイングに安定感がない。
歯周病が原因であるケースもあるという。

構成・メディアロード イラスト・勝山 英幸

第14回



解説・天野聖志先生
天野歯科医院長 診療科目:歯科



歯のかみ合わせが悪いと正中がずれてスイングにも悪影響が!?

歯周病予防の基礎知識

プラークコントロール しこう 歯垢(プラーク)は歯周病菌の増殖の原因であり歯周病を促進させます。これを防ぐには、「歯ブラシ」「歯間ブラシ」「デンタルフロス」などで歯垢を除去し、デンタルリンスなどで歯周病菌を殺菌することが大事。就寝前、そして毎食後の「歯磨き」を行いましょう。

禁煙

たばこに含まれるニコチンは血流を悪くし、体の抵抗力を下げます。加えて、ニコチン以外の有害物質が唾液の分泌量を減らすなど、歯垢が付着しやすい状態にするので、喫煙者は歯周病になりやすく、かつ歯周病が治りづらいといわれています。

口腔ケアをすれば
スイングがよくなる!?

歯周病は症状が悪化すると歯が揺れ始めます。これではスイング中に歯を食い縛ることができず、ゴルフにとってもマイナ

ス。歯の揺れ具合によりますが、歯周病治療で改善できる場合と、最悪、抜歯する場合もあります。歯が不安定だとかみ合わせも悪くなり、体の軸がブレます。体の中心である正中がずれてしま

い、真つすぐ立つということができなくなるだけなく、ゴルフのスイングでも安定感を失い、

顔がほんの少しどちらかに傾いてしまうのです。また、かみ合わせが悪いと食べ物もしっかりとかむことができず、胃に負担をかけるなど内臓にも悪影響を与えます。スポーツの資本である体、口腔ケアもゴルフスイングと密接な関係があることを覚えておきましょう。