

## 歯の応急処置について

歯の一生において、虫歯や歯肉炎・歯周病等の病気になったり、予期せぬケガをする事が多々あります。

虫歯や外傷により歯が折れた・抜けたなどで痛くなった歯は、放っておいても自然に治ることはなく、できるだけ早めに歯科医に診てもらうことが大切です。

歯は、自然治癒力がほとんどありませんので、放っておくとどんどん進行します。

では、いざという時、どのような応急処置を行えばよいでしょう。次頁以降をご参照下さい。



## こんな時はどうするの？

### 歯が痛み出した時は？

#### 処置

- ① 痛い歯を見つけ、食べかすを取る。うがいをするか、歯ブラシで軽くこすります。  
※イソジンなどの消毒・殺菌効果のある薬を入れてうがいをするより効果的です。  
※つまようじで突くと痛みがひどくなる事があります。
- ② ほお全体を冷たいタオルで冷やす。  
※運動や入浴、飲酒は避けて安静にして下さい。
- ③ 鎮痛剤を飲む。
- ④ 痛みが治まっても、なるべく早く必ず歯医者へ行く。

#### 注意事項

- 鎮痛剤服用中は、アルコールを飲まない。
- 鎮痛剤の錠剤を直接患部につけない。
- 甘いもの、熱いもの（飲食物）は取らない。
- 患部を暖めないようにする。

## 歯が欠けた・折れた、詰め物がとれた時は？

### 処置

- 痛みがある場合は、アスピリン、パファリンなどの鎮痛剤を飲むと良いでしょう。
  - 欠けた歯・折れた歯・とれた詰め物は、ガーゼに包み歯医者に持っていきましょう。
- ※つけ直ししたり、折れた部位を推定できることもあります。

### 注意事項

- 市販の瞬間接着剤では絶対につけない。
- 欠けたり・折れたり、詰め物が取れた歯では、ものを噛まないこと。
- 歯医者へ行くのを先延ばしにせず、すぐに診てもらいましょう。



## 歯が抜けた時は？（事故などの衝撃により）

### 処置

- 歯が汚れている時は、ぬるま湯で軽くゆすいだ後、乾燥を防ぐ為に牛乳につけるなどして、一刻も早くその歯を持って歯医者へ行きましょう。（できれば、30分以内が望ましい）。
- ※抜けた歯は洗わずにそのままにする。
- ※乾燥を防ぐのは、根の周りについている歯根膜を乾かしてしまうと、その細胞が再生できなくなってしまうからです。
- ※抜けた歯の保管方法としては、牛乳につける以外では、ケガをした本人の血液の混じった唾液をハンカチやビニール袋等に集めて、歯を入れておくと良いでしょう。（頬の内側と、歯ぐきの間に挟めた状態で歯医者に向うのも良い）

### 注意事項

- 歯が元に戻る可能性もあります。諦めずに、一刻も早く診てもらいましょう。早ければ早いほど、可能性も高くなります。



## 歯ぐきからの出血・炎症 ？お困りですか？

### 処置

- めるま湯に食塩を加えたもので1日に3、4回程度患部をすすぐ。
- 出血が続いても、歯磨きは続ける。
- 鎮痛剤を飲む。

### 注意事項

- 出血は、歯ぐきの病気の最初の兆候とされます。軽く考えずに早目に歯科医に相談下さい。この段階ならば、比較的容易に治ると思います。
- 炎症については、放っておけば治るなどと思わないこと。歯周病の兆候と考えられます。



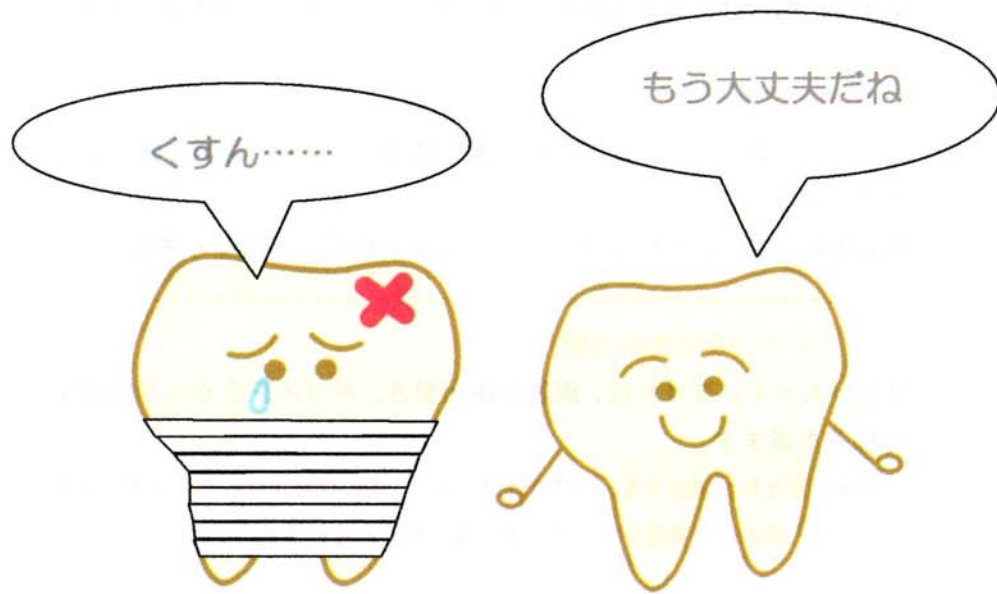
## 抜歯後、血が止まらない時は？

### 処置

- 滅菌ガーゼを小さくたたんで、出血している箇所にあて、20～30分かんで押さえます。

### 注意事項

- 歯を抜いたあとの出血は、唾液が混じり、かなりの量に見えることがあります。しかし、湧き出るように血が出ていたら、直ちに歯科医の指示を受けて下さい。



## ブリッジ・義歯がこわれた時は？

### 処置

- 小さなかけらは集めて封筒に入れ、大きな部分は、乾燥を防ぐ為にガーゼやぬれたペーパータオル等に包み、早目に歯医者へ行く。

### 注意事項

- 接着剤を使用し自分で直そうとはしないで下さい。かえってブリッジや義歯をだめにしてしまいます。

### 治療方法は

#### 歯が抜けてしまった場合の治療方法

- 状態により、戻して使うことができる場合があります。
- 戻せない場合は、両脇の歯を繋いでブリッジにより再生を図ります。

#### 歯が途中で折れた場合の治療方法

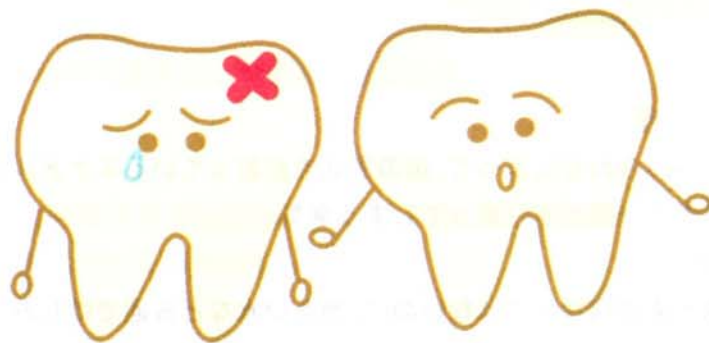
- 部位により異なりますが、折れた歯を貼り付けたり、材料を盛り上げて治します。
- その他としては、神経をとり、差し歯を入れることとなります。

#### 歯がぐらついている場合の治療方法

- ひびが入っていなければ、両脇の歯と繋ぎ、ギプスをするように固定し様子を診ます。

※無事固定された場合でも、時間の経過により、歯の神経が死んで色が黒く変色したり、歯の中で神経が腐ってしまう事が多くみられます。

抜けた歯を補うものとして、ブリッジ・局部床義歯・総義歯・差し歯や継ぎ歯等があります。

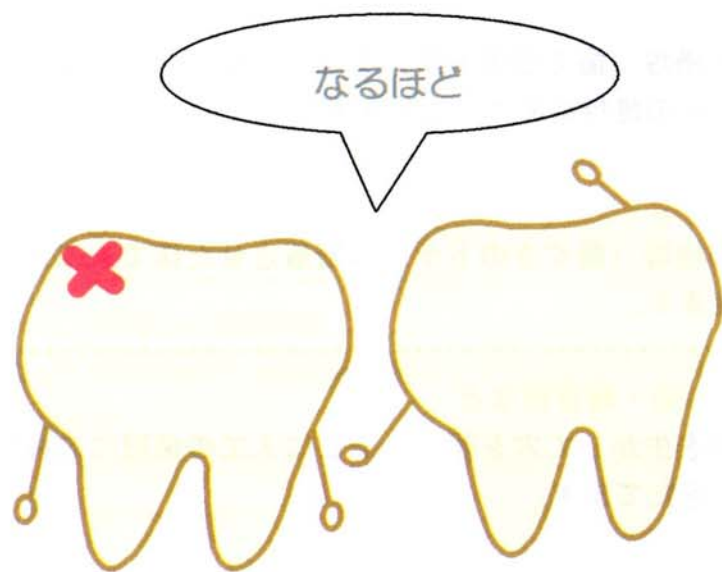


- **ブリッジ** —取り外せない義歯のこと。  
抜けた歯の両側を支えにし、橋を渡すように人工歯を固定します。
- **局部床義歯** —取り外しのできる義歯のこと。(特定の歯のみ)  
歯槽堤(歯ぐきのドテ)をはさむ床があり、この床とバネなどの維持装置で人工歯を固定します。
- **総義歯** —取り外しのできる義歯のこと。(いわゆる総入れ歯)  
歯槽堤(歯ぐきのドテ)に密着させた床で人工歯を固定させます。
- **差し歯・継ぎ歯など**  
根を生かして穴を開け、そこに人工の歯冠に芯棒付きの土台をたてます。

## 痛み・出血・炎症の原因

### 歯がしみる・歯が痛い

- 虫歯
  - ※ 歯の噛み合わせによって、歯の表面をおおっているエナメル質や内部の象牙質の一部がすり減ってしまう病気。
- 知覚過敏
  - ※ 虫歯や歯周病などではないのに、冷たい水など普通ではしみない刺激に対して歯がしみるものをいいます。
- 歯髄炎
  - ※ 虫歯が原因となって起こる病気のひとつで、血管や神経に富む歯髄組織が炎症を起こし、激しく痛みます。



### 歯ぐきの出血・炎症

- 歯槽膿漏症
  - ※ 歯を取り囲む歯周疾患に起こる炎症性の病気の総称を歯周疾患といい、大きく分けて歯肉炎と歯槽膿漏症がある。
- 歯肉炎
  - ※ 歯周疾患のうちで炎症が歯肉（歯ぐき）に限られていて、歯根膜などに及んでいるものをいいます。
- 歯肉増殖症
  - ※ 歯肉が肥大・増殖する病気。歯肉がいつの間にかたくふくらみ、痛みがないが、ふくらんだ歯肉に押され歯ならびが悪くなる原因の1つです。
- 智歯周囲炎
  - ※ 智歯（親知らず）のまわりに起こる化膿性の急性炎症。
  - ※ 歯肉や粘膜が赤く腫れて化膿し、口があげられなくなることもあります。

