

医科学 見聞録

歯や口をぶつけてしまったら

(公社) 山口県歯科医師会 常務理事
スポーツデンティスト 山野 渉

学校やクラブ活動での運動中に歯や口をぶつけたことはありますか？

口の中には唾液があるので、唾液と混ざって受傷直後の多くは血だらけになってしまい、大けがのようにみえます。しかしパニックにならずに、けがをしている場所は唇や舌なのか？それとも歯なのか？まずは歯および口腔の状態を冷静に観察することが大切です。



○唇や舌が切れた場合

口の周辺を硬いものにぶついたり、ぶつけた時に自分の歯が当たったりすると、唇や舌は比較的簡単に切れてしまいます。傷口を清潔なガーゼで軽く圧迫して出血を止めた後、腫れを防ぐ為に早期に氷で10分程度冷やしてください。ほとんどの場合10分以内に止血します。10分しても止まらない場合は歯科医院を受診してください。

○歯を触っても動かない場合

歯が少し欠けた程度の場合、冷たい水が少ししみる場合があります。緊急性は低いので近日歯科医院を受診するようにします。欠けた部分を修理するだけなので1日で治癒します。しかし、歯が半分以上欠けていたり、歯の頭の部分がなくなっていたりした時、または歯の根の部分から出血している場合は、(可能であれば欠けたかけらを持って)早急に歯科医院を受診しましょう。当日中に歯の保存処置をしないと、完全な治癒が困難になります。

○歯が動く場合

手で触って歯がぐらぐら動く場合は、歯の根が折れているか歯が軽い脱臼を起こしている可能性があります。このような症状は緊急な処置が必要です。まずは動く歯を軽く指でおさえて、上下のかみ合わせが当たらないようにして、受診してください。歯の軽い脱臼は大人の歯が発育途中で歯の生え変わりの時期である小学生高学年から中学生で特に発生しやすくなります。

○歯が抜けた場合

もし口の中から歯が抜けてしまった場合でも適切な処置をおこなえば元に戻すことは可能です。しかし間違った対応では元に戻すことはできなくなります。水道水のカルキや乾燥などによって歯の根の細胞が死滅しないような処置が必要です。



- ・ 抜けた歯をゴシゴシ洗わない
- ・ できるだけ根の部分に触らない
- ・ 乾燥は絶対にさせない

乾燥させず受診するための方法として、歯の保存液を使うことが一番です。もし、保存液のない場合は常温の生理的食塩水やコンタクトレンズの保存液、牛乳などに浸しましょう。それもなければ口の中(舌の下)に入れて受診しましょう。

歯の脱臼の処置はスピード勝負です。1秒1秒ごとに元どおりの再生ができなくなります。理想は30分以内ですが、難しいケースも多いので保存液をチームや学校で保管しておくことをお勧めします。



歯の保存液は最大24時間
歯の保存が可能