

## お口の外傷のリスクを 軽減する為に・・・

こうなった時の  
**対処**

## もし歯が抜け落ちて しまったら・・・

次のような  
お口の問題を  
抱えている場合、  
口腔顎顔面領域の  
外傷のリスクが  
高まります。

- ▶ むし歯、歯周病
- ▶ 隣の歯がない場合  
(歯の交換期を含む)
- ▶ 歯ならび、かみ合わせの問題
- ▶ 埋伏歯  
(顎の骨の中に留まっている歯)
- ▶ 口呼吸

- ▶ まず慌てないこと!  
本人も周囲もショックです。冷静に対応して下さい。
- ▶ 歯以外の頭部や顔面にひどい損傷がある場合は、歯科を受診する前に、まず先に救急病院を受診して下さい。
- ▶ 周りに歯が落ちていないか確認しましょう。
- ▶ 歯を持って急いで歯科を受診して下さい。  
必ず成功するとは限りませんが、再植できる可能性があります。  
再植後も、定期的な検診が必要です。

### むし歯、歯周病

むし歯で歯に大きな穴があいたままにしていると、過度な力がかかることによって、歯が破折しやすくなります。歯周病が著しい場合、歯を脱臼しやすくなります。また、試合前等ストレスがかかる状況では歯や歯肉の痛みが出ることがあります。

### 隣の歯がない場合 (歯の交換期を含む)

隣の歯がなく、歯が孤立している場合、過度な外力がかかることによって、歯が脱臼しやすくなります。



### 歯ならび、かみ合わせの問題

歯ならびが悪い場合や、上顎または下顎が極端に前に出ている場合、過度な外力が加わることによって、歯の破折や歯の脱臼のリスクが高まります。また、頬粘膜や舌、口唇を誤って咬みやすくなります。歯ならびの治療中の場合は、かかりつけ主治医の先生とご相談下さい。



### 埋伏歯

埋伏した歯(特に親知らず)がある場合、その部分の骨は薄くなりますので、顎の骨を骨折しやすくなります。

### 口呼吸

口を閉じることによって、前歯を外傷から守ることができます。日頃から口を閉じて鼻で息をするように心掛けましょう。

### 《歯を歯科に持ってくる際の注意点!!》

歯の根の周りには歯根膜(しこんまく)とよばれるとても大事な膜があります。この膜が歯の生着に重要な役割をします。そこで、



- ▶ 歯の根を触らない
  - ▶ 歯の根をこすらない
  - ▶ 歯の根を乾燥させない
- 守って下さい。

※30分以上の乾燥は歯根膜に重度のダメージを与えてしまい、歯の生着率が極端に悪くなるという報告があります。

歯の根の乾燥を防ぐために、  
**歯の保存液**、または **冷たい牛乳** につけて下さい。

※その場に何も無い時は、とりあえず本人の唾液に浸して、ビニール等にくるんで乾燥を防いで下さい。できるだけ急いで牛乳に浸けて歯科医院を受診して下さい。

※細胞は水道水に弱いので、水道水にずっと浸けておくと歯根膜細胞へのダメージが急速に進みます。

### あの野球部の生徒は・・・



周囲の人の適切な対応により、歯の再植が無事に成功した受傷後2年の写真です。今後も継続的に診察を受けて頂くことが大切です。



## スポーツと歯科

自分の体や心を鍛えるために頑張っているスポーツやクラブ活動で、歯や顎をぶつけた経験は多いと思います。歯を含む口腔顎顔面領域の外傷はあらゆるスポーツで発生し、体の中で受傷頻度が非常に高い部位です。特に歯に大きな外力が加わった場合、多くが不可逆性の外傷となり、生涯にわたる口腔機能へ影響を及ぼす可能性があります。

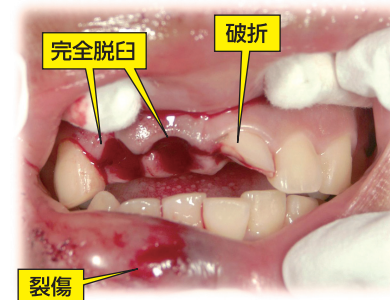
スポーツに外傷はつきものと言いながらもやはり外傷に遭遇した時はとても悲しいものです。

こうなった  
時は  
(裏へ)

お口の外傷の予防や  
軽減する方法に  
ついて考えてみましょう。

こうなる  
前に  
(めくる)

右の写真は16歳男子  
高校生野球部員の外  
傷の1例です。友人が  
素振りしたバットが口  
に直撃し、歯の完全脱  
臼(抜け落ちる)、歯の  
破折、口唇の裂傷が  
みられます。



一般社団法人  
**日本小児歯科学会**  
[www.jspd.or.jp](http://www.jspd.or.jp)