



望月先生の

# デンタルニュース

## 《 歯の救急 》

長い夏休みも終わり、楽しくそしてまた忙しい学校生活がはじまりました。今回のデンタルニュースはスポーツや遊びの間に起こった事故などの衝撃で永久歯（特に前歯）が抜けてしまった時の処置の仕方を取り上げてみたいと思います。

歯が抜けた時一番大切なのは、抜けた歯をできるだけ早く元の位置に戻すということです。15分以内（できれば5分以内）に戻す事によって歯の再移植の確率が大幅に上がります。抜けた歯の再移植の能力を最も下げるのは、歯を乾燥させてしまう事です。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のです。

しかしけがをしてパニック状態に陥っているケガ人（特に子供）を落ち着かせるにはある程度の時間が必要です。そばにいる方々にも協力してもらおうようにして手際よく処置をするようにしましょう。人手があるときは、一人にすぐかかりつけの歯科医に電話をし事故の報告をして指示を受けるように頼み、そして他の人達には牛乳（できれば冷えているもの）を手に入れてもらう様お願いします。冷たい牛乳は歯根膜の細胞を1時間程生かしておく力があるので、歯を元の位置に戻せないとき歯科医に向かう間歯を浸しておくのに大変に適しているのです。

けが人を落ち着かせている間抜けた歯の処置ですが、乾燥をさけるために歯をむきだしにしておくのではなく、けが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を集めて、歯を浸しておいて下さい。水は歯根膜の細胞を破壊してしまうので、飲料水や水道水は使わない用にしましょう。

そしてけが人がある程度落ちついたらできるだけ早く歯をもとに戻すよう試みてみましょう。歯科医に行くまで待たないで下さい。多少位置がずれていてもそれは歯科医で直せます。歯を元の位置にもどすことは、抜けた歯を口の外で保管するよりはずっと再移植の確率がいいのです。歯に戻す際に多くのどろ等がついていた場合は薬用食塩水(コンタクトレンズ用など)で軽くすすいで下さい。もし薬用食塩水が手元になくときにはやむを得ず水を使って下さい。。

元に戻すことが不可能な場合は、抜けた歯を牛乳に浸しできれば摂氏2-3度に保ちながら至急歯科医のもとに向かうか、あるいは歯科医の指示に従って下さい。

上記の処置はあくまでもけがをした方が他に大きなケガがや支障がなかった時のことです。もし意識がなかったり他に問題が有る時は至急911に連絡してください。

最後に救急処置とは異なるのですが、この様な事故の予防のために、激しいスポーツやスケートボード等をやられる方にはカスタムメイドのマウスピースを歯科医に作ってもらうことをおすすめします。市販のマウスピースでもないよりはましかもしれませんが、フィットがよくないと使わなかったり、いざという時にはずれてしまったりすることがあるので、気をつけてください。

新学期も始まりスポーツ活動もさかんな季節です。この様な事故が起こらない様気をつけるのが一番ですが、いざという時に参考にしていただければ幸いです。

このニュースレターは、サンフランシスコ日本語補習校学校歯科医の望月博美先生により、不定期に発行されるものです。ご意見・ご質問、記事のリクエストなどございましたら、[hanokenkou@hotmail.com](mailto:hanokenkou@hotmail.com) までお願いします。

