

DENTAL NEWS

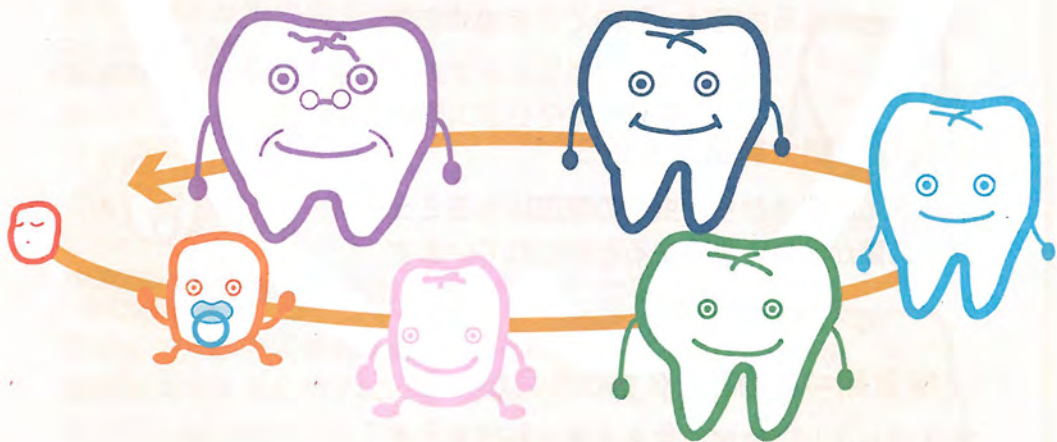
デンタルニュース

Vol.14

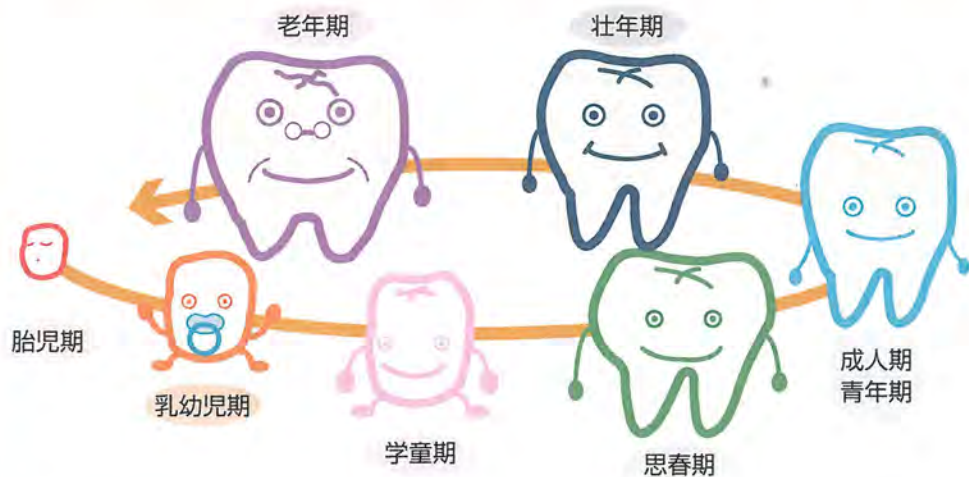
歯とお口のマメ知識

歯のライフサイクル

- 歯の一生 (胎児期～老年期)
- こんな時はどうするの？ 歯の応急処置
- 痛み・出血・炎症の原因



歯の一生 (胎児期～老年期)



①胎児期⇒歯の芽が出来る

歯のもとになる歯胚は、胎内ででき始めます。



子どもの歯のために
お母さんの健康管理を

②乳幼児期⇒乳歯が生える

お母さんの唾液から、虫歯の原因になるミュータンス菌が子供に感染するといわれています。



ムシ歯の原因菌の
母子感染に注意

③学童期⇒乳歯と永久歯が生えかわる

永久歯が正しい位置に生えてきたか注意しましょう。



生えかわりの
異常に注意

歯の健康や噛むという動作は、全身の健康と密接に関わっています。単に長生きするだけではなく、健康で元気な毎日を送るために、大切に歯をケアして、長持ちさせましょう。

④思春期⇒永久歯が生えそろう

永久歯が生えそろう12～13歳は、虫歯になりやすい時期であると同時に歯肉炎が多発する時期です。



歯肉炎に注意

⑤成人期⇒人によっては親知らずが生える

歯周病は歯を失う原因のトップとなる恐ろしい病気。歯肉炎をきちんと治療しないと、大人になってから悪化して、歯周病になってしまいます。



歯周病に注意

⑥壮年期⇒歯の喪失が始まる

虫歯や歯周病などで歯を喪失する人が増えます。歯肉が退縮し、歯の根の虫歯になりやすい時期です。



歯の根のムシ歯に注意

⑦老年期⇒義歯を使用する人が多くなる

部分的や全体的に義歯を使う人が多くなります。歯の喪失をあきらめずに、きちんとケアをして、残った自分の歯を少しでも長く維持しましょう。



残った歯を大切に

こんな時はどうするの？歯の応急処置

歯の一生の中では、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こともあるでしょう。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、傷病を放っておくとどんどん悪化してしまいます。

では、いざという時、どのように応急処置を行えばよいのでしょうか。

歯が痛み出した

+ 応急処置

- ① 痛い歯を見つけ、食ベカスを取るためうがいをするか、歯ブラシで軽くこする。
 - イソジン™などの消毒・殺菌効果のある薬でうがいをする、より効果的。
 - × つまようじで突くと痛みがひどくなることもある。
- 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する。
- 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。

① 注意

- 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。
- 患部を温めないようにする。



歯が欠けた・折れた、詰め物がとれた

+ 応急処置

痛みがある場合は、アスピリン、タイレノール™、バファリン™などの鎮痛剤を飲む。

- 欠けた歯・折れた歯・とれた詰め物は、乾燥を防ぎ、歯医者に持っていく。※つけ直したり、折れた部位を推定できることもある。

① 注意

- 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。
- 歯医者へ行くのを先延ばしにしない。すぐに治療をしないと更なる問題が起こってしまいます。



事故などの衝撃で歯が抜けた

+ 応急処置

抜けた歯を見つけ、洗いすぎないようにぬるま湯で軽くゆすいだ後、牛乳につけるなどして乾燥を防ぎ、一刻も早くその歯を持って歯医者へ行くこと（30分以内が望ましい）。

- 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ため。
- 抜けた歯の保管方法は、牛乳につける方法の他に、ケガをした本人の血液が混じった唾液をハンカチやビニール袋などに集めて、歯を入れておくと良い（ほおの内側と、歯ぐきの上に挟めた状態で歯医者に向うのも効果的）。

① 注意

- 絶望しないこと。歯が元に戻る可能性は、処置が早ければ早いほど、高くなります。



こんな時はどうするの？歯の応急処置

歯ぐきの出血・炎症

+ 応急処置

- ①ぬるま湯に食塩を加えたもので1日に4回程度患部をすすぐ。
- ②出血が続いても、歯磨きは続ける。
- ③鎮痛剤を飲む。
- ④抜歯後出血が止まらない場合は、滅菌ガーゼを小さくたたんで、出血している歯にあて、20～30分かんで押さえる。

❗注意

- 出血は、歯ぐきの病気の初期段階。早めに歯医者へ行けば、比較的容易に治ることも。
- 炎症は、放っておけば治るなどと思わないこと。歯周病の兆候かも。
- 抜歯後の出血は、唾液が混じり、多量に見えることも。湧き出るような出血があれば、直ちに歯医者へ行きましょう。

歯が抜けてしまった

+ 応急処置

- ①状態により、抜けた歯を戻して使うことができる場合がある。
- ②抜けた歯を補うものとして、ブリッジ・局部床義歯・総義歯・インプラントがある。



痛み・出血・炎症の原因

歯がしみる・歯が痛い

◆虫歯

◆咬耗症(こうもうしょう) 歯の噛み合わせによって、歯の表面を覆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。

◆歯髄炎 虫歯が原因となって起こる病気のひとつ。血管や神経が通っている歯髄組織が炎症を起こし、激しく痛む。

◆知覚過敏症 強すぎるブラッシング、歯ぎしりによる負担過大で、冷たいもの、酸味の強いものがしみたり、痛んだりする。



歯ぐきの出血・炎症

◆歯周疾患 歯を取り囲む歯周組織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周病(歯槽膿漏症)がある。

◆歯肉炎 歯周疾患のうち、炎症が歯肉(歯ぐき)に限られていて、歯槽骨などに及んでいないものをいいます。

◆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硬くふくらみ、痛みがないものの、ふくらんだ歯肉に押されてしまいます。歯ならびが悪くなる原因のひとつです。

◆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事もあります。