

## 歯の外傷(歯のケガ)について

担当：山崎

口腔内の予防の大切さが言われてずいぶん虫歯や歯周病などの疾病は減少傾向になってきているといわれています。その一方で運動したり日常生活での不慮の事故により歯が欠けてしまったり失ってしまったりする事例(歯の外傷)は増加しています。

### 外傷を予防しよう！！

#### 生活環境へ配慮する

- ・段差を少なくする
- ・部屋が散らかっていたり電気コードや新聞紙を放置したりしない
- ・部屋を明るくする
- ・テーブルの角にカバーをつけるなどしてぶつかったときの衝撃をやわらげる

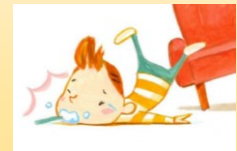
#### 低い目線で安全をチェック

- ・子どもと同じ目線でみると気が付かなかった危険な場所や備品に気が付くことがある



子どもに危険な状況やその対応を理解してもらう

- ・高い場所に近づくこと 箸や歯ブラシを持ったりして遊ぶことなど成長に合わせて危険な状況と対応を理解させる



～それでももし歯をケガしてしまったら～すぐすること！！

- ① 頭や身体の他の部位に損傷はないかチェックする
- ② 口の中を見て、欠けている歯や抜けてしまった歯がないかチェックする
- ③ もし欠けたり抜けたりした歯があれば落ち着いて方片や歯を探し歯牙保存液か牛乳に入れて保存する  
(洗ったり消毒したりせずに)
- ④ 歯以外に唇や舌などに損傷はないかチェックする
- ⑤ できるだけ速やかに歯科に連絡、受診する 受傷後30分が望ましい



歯や口の健康と安全を保持することは生涯にわたる生活の質に直接結びつきます



### お盆休み お知らせ

**8月11日(日)～8月15日(木)**

休診とさせていただきます。

8月16日(金)から通常診療です  
ご迷惑おかけしますが宜しく  
お願い致します。

暑い夏、いかがお過ごしでしょうか？年々暑くなり猛烈な暑さにビックリです。

昨年は埼玉県熊谷市で**41.1度**の最高気温を記録したそうです。  
ちなみに熊本の最高気温は**38.1度**です。

今年も続く猛暑日・・・気象庁は、現在の高気温は「命に関わる暑さ」として警戒を呼びかけています。熱中症にくれぐれもお気を付けください。

こまめな水分補給、休息など熱中症  
予防に心がけましょうね！



記事に関するご不明な点等がございましたら、お問い合わせください。