知らなきゃ 損する!

大抜歯のまえの注意点

事前にお薬手帳をお持ちください!

✓ 持病の薬は必ず申告を!

血液サラサラの薬を飲んでいるかたは、抜歯 後に血が止まりにくいです。ふつうより厳重 に止血をしますので、必ず教えてください。



薬の服用を 休むのは危険です! 〈れぐれも服薬は 止めないで。

骨粗しょう症の薬(BP剤など)を飲んでいると、抜歯したときあごの骨が壊死してしまう副作用がごくまれに出ます。場合によっては病院歯科をご紹介したり、休薬をお願いすることがあります。



✓ 治療がとても怖いかた、 頑張りすぎないで。

歯科治療で緊張し、気分が悪くなった経験のあるかたはご相談ください。麻酔薬でリラックスできる方法もありますので、我慢しすぎないようにしましょう。



→ 予約日の取りかたに ご注意を!

抜歯の予約は休診日の前日は避けましょう。抜 歯後、歯科医に相談できないのは心細いもので す。おすすめは週の頭の午前中。女性の場合は、 生理日は出血しやすいので避けましょう。



✓ 体調管理が だいじです。

「歯ごとき」と思いがちですが、抜歯は小外科。 とくに親知らずの抜歯では骨を削る必要もあり、 キズを治すにはからだの抵抗力が必須です。寝 不足 & 深酒を避け、体調を整えましょう。



✓ 処方された薬は きちんと飲んで。

炎症を抑えてから抜歯するほうが、痛みも出血 も減らせます。事前に歯科から処方された抗炎 症剤などの薬は、忘れずに飲んでください。



監修:明海大学歯学部 口腔顎顔面外科学第2分野教授 坂下英明

技歯のあとの注意点



ガーゼは30分 ちゃんと噛む。

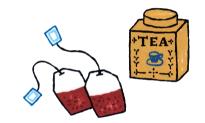
傷口を圧迫し止血するため、ガーゼは「30分 間ししつかり噛みましょう。血が止まったから と半端に止めると再出血のもとです。





ガーゼの代用には ティーバッグ。

親知らずの抜歯などで帰宅後に出血が続くとき は、ティーバッグを2~3枚重ねてグッと噛む と、清潔ですし血のにおいがやわらぎます。





ブクブクうがいは やめましょう!

固まって傷口を守ってくれる血をうがいや舌で さわって失うと、骨が露出しひどい痛みの原因 に。口すすぎは水をそっとふくむ程度に。





鎮痛薬は 痛くなる前に。

痛みが強くなってからでは、痛み止めは効きに くいもの。「痛くなりそうかな」と思ったら、早 めに痛み止めを飲みましょう。





冷やし過ぎは 禁物です。

氷やアイスパックで冷やし過ぎると、血行が悪 くなりキズの治りを妨げます。頬にあてるのは 氷水を軽くしぼったタオル程度に。





食事は トロトロのものを。

食事は麻酔が切れてから。ご飯粒が抜いた穴に 入ってはやっかいなので、1~2日はトロトロ のおかゆやポタージュ、総合栄養食のゼリー(m に出しスプーンで食べる)で過ごしましょう。





運動、入浴、 飲酒はお休み。

血行がよくなると当然ながら出血しやすくなり ます。運動、飲酒は2~3日我慢。当日の入浴 は軽くシャワーのみにしましょう。





当日は歯みがきも お休みで。

抜歯した日の歯みがきはお休みし、つぎの日か ら、抜歯したところを慎重によけながら、やわら かい歯ブラシを使ってはじめましょう。



監修:明海大学歯学部 口腔顎顔面外科学第2分野教授 坂下英明