

Dental Magazine

KYOの歯

きょうの「は」

一般社団法人 京都府歯科医師会

VOL

07

2025.7

TAKE FREE

ご自由にお持ち帰りください

夏の子ども特集

子どもの歯・口のケガ、 その時どうする。



「KYOの歯」
Webサイトも
ご覧ください。



[撮影者]佐竹 章 様
天橋立からの写真です。
天気も良く圧巻な景色に
見惚れました。

夏は子どもの歯・口のケガに

幼児期

- 1. ころんだときに、顔を打った!
- 2. 家具の角にぶつかった!



! 予防策

- 子どもは重心が頭にあるので転倒しやすいので小さな段差などでも注意しましょう。
- 子どもが遊ぶ場所から、堅いものや尖った物をかたづけおきましょう。
- 金属でできたおもちゃなどで遊んでいるときはぶつけた・ぶつけられたなどが起きないように気をつけましょう。



! 予防策

- 子どもの目線の高さで危険性がある家具の角に緩衝材を取り付けましょう。

- 3. 歯ブラシ中にころんだ!



! 予防策

- 歯ブラシを口に入れたまま歩いたりさせないようにしましょう。
- 台の上に立ってなど不安定な場所で歯みがきをさせないようにしましょう。

ご注意を

活動的になる夏は、家の中、学校の部活動などで、転倒、打撲、転落、衝突などで歯のケガが増える時期です。

就学期

- 1. ふざけ合っていてぶつかった!
- 4. 身体接触の多いスポーツで顔を強く打った!



! 予防策

児童一人ひとりがマナーやルールをきちんと把握するよう指導しましょう。

- 2. 高い所から飛び降りて顔を打った!



! 予防策

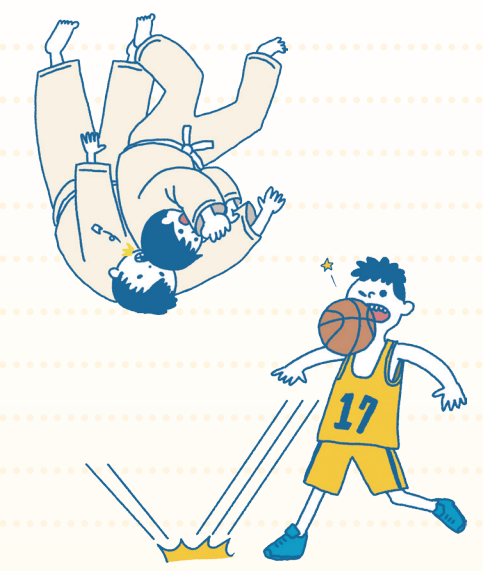
階段、遊具など転倒や打撲の危険がある場所では危険な行動をしないよう指導しましょう。

- 3. 自転車でころんでハンドルで口を強く打った!



! 予防策

自転車通学などでヘルメットの着用や安全な運転のためのルールを指導しましょう。



! 予防策

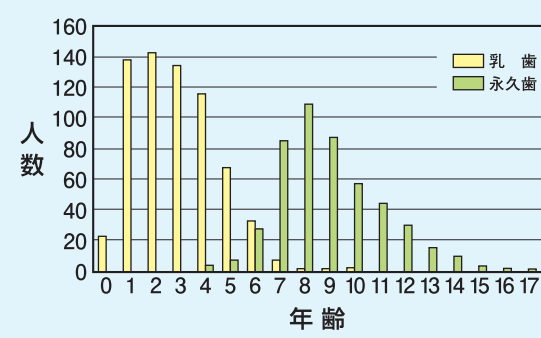
マウスガードをしましょう

顔面に受ける強い力から歯、歯ぐきなどを保護すると同時に唇、舌、頬の損傷を防止します。マウスガードは歯の形状にフィットしたものを歯科医院で作製してくれますので、相談してみてください。



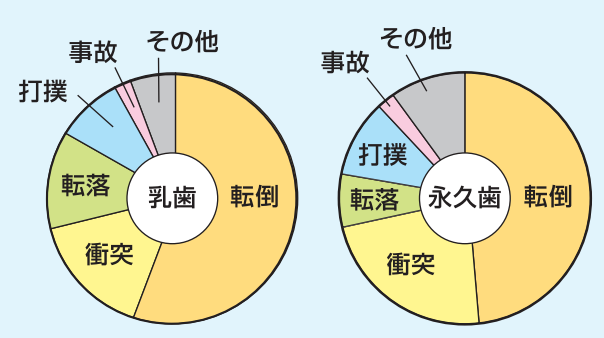
受傷年齢 1歳～3歳と7歳～9歳の2回のピークがあります。

乳歯および永久歯の外傷の受傷時年齢 (日本小児歯科学会.1996)



原因 転倒・打撲・転落・衝突などが大半を占めます。

乳歯および永久歯の外傷の受傷原因 (日本小児歯科学会.1996)



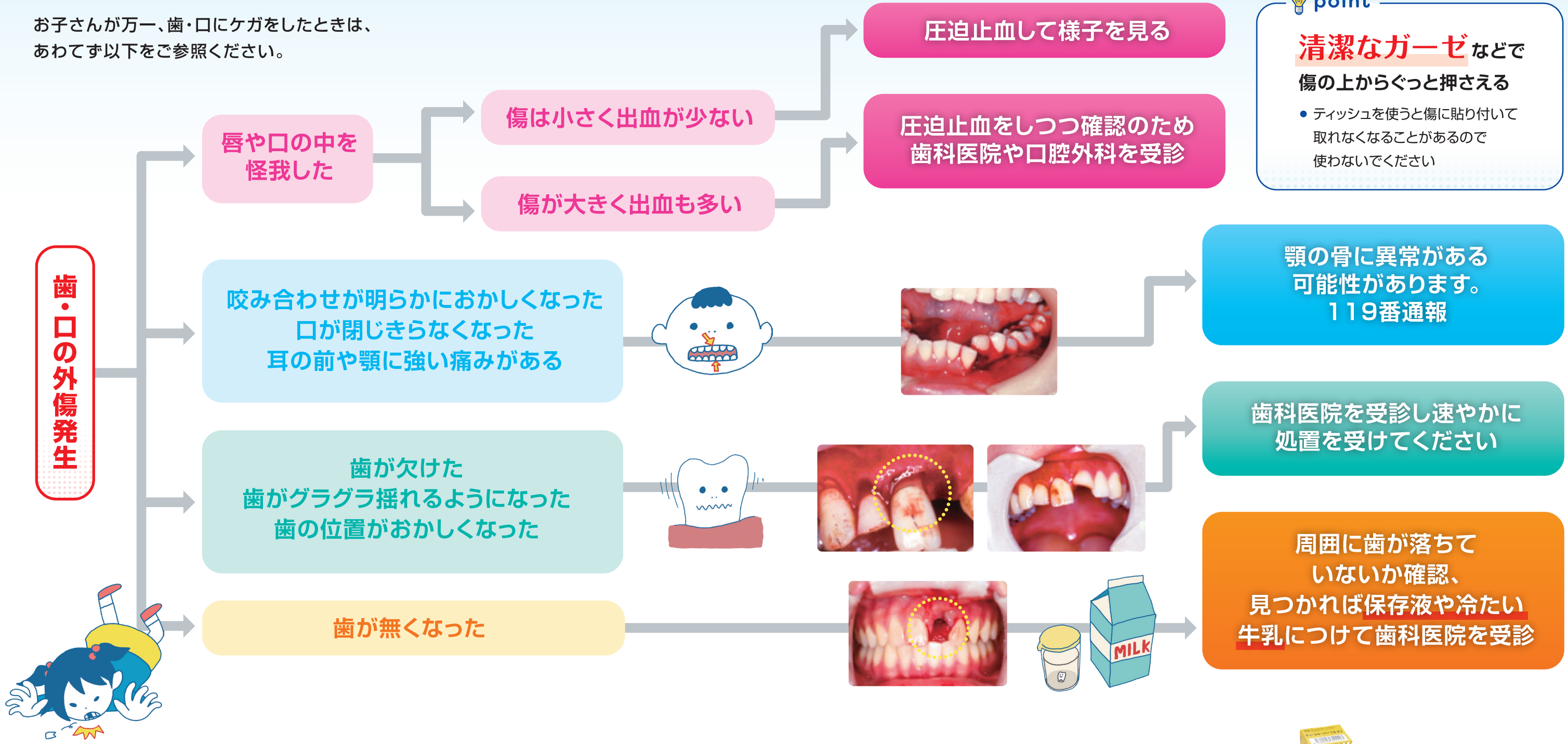
このは先生のアドバイス 歯のケガを起こさない環境整備を心がけましょう。

子どもは歯が未成熟であったり、歯を支える骨が柔らかいため、転倒や衝突で歯にひびが入ったり、欠けたり、抜けたりすることがあります。歯の状態によっては神経を取る処置が必要な場合があります。まずは歯のケガを起こさない環境整備を心がけましょう。



歯・口にケガをした時の対処フローチャート

お子さんが万一、歯・口にケガをしたときは、あわてず以下をご参照ください。



point

清潔なガーゼなどで

傷の上からぐっと押さえる

- ティッシュを使うと傷に貼り付いて取れなくなることがあるので使わないでください



point

抜けた歯は、**乾燥**させないように保存してください。

- 歯根の部分には触れない。
- 歯が清潔なら、その場で歯が抜けた部分に差し込んできてもよい。
- 「歯の保存液」は歯科医院・ドラッグストアへ。
- 「歯の保存液」がない場合は牛乳で代用できます。



歯の保存液 ▶

保存状態	保存可能時間
乾燥状態	30分
精製水	30分
生理的食塩水	1～2時間
唾液	1時間
牛乳	24時間
歯牙保存液「ネオ」	48時間

保存可能時間の比較

ここのは先生の
アドバイス

**歯が抜け落ちた(脱落)場合、
条件がよければ再植が試みられます。**

受傷から歯医者さんを受診するまでの時間が短く、歯の周りの組織の損傷が軽度で、脱落した歯の保存状態がよいほど、再植の予後も良好になることが期待されます。噛み合わせを確認しながら、脱落した歯を元の位置に戻して、固定を行います。歯科医院を受診するまで歯の状態を良い状態で保つため歯の保存液などもあります。なければ抜けた歯を牛乳の中に入れたり、歯を飲みこなまい様に唇と歯の間に入れて乾燥させないようにして歯科医院を受診してください。



歯・口にケガをした場合 歯科医院での受診と治療

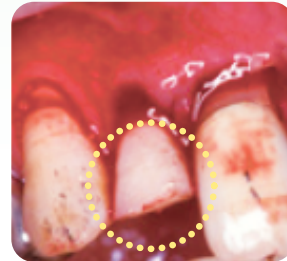
お子さんが歯・口にケガした直後は、親も気が動転するものですが、
落ち着いてあわてずにかかりつけ、もしくはお近くの歯科医院にご連絡ください。

✓ 受診時のチェックシート

歯科医院に伝えたい内容

- ☐ 受傷日時(何時間前)
- ☐ 受傷児童の年齢・性別
- ☐ 受傷した場所(家・学校等)
- ☐ 受傷の経緯の詳細
(ベッドから転落、グラウンドで遊具にぶつかった等)
- ☐ 同様の受傷は初めてか
- ☐ 受傷した際に誰と一緒にいたか
- ☐ 頭や顔に大きな怪我はないか
- ☐ 受傷した際、あるいは今、意識が朦朧としたり明らかにいつもと違う雰囲気があるか
- ☐ 今、泣いたり暴れたりしているか

★ 歯が欠けた(破折)

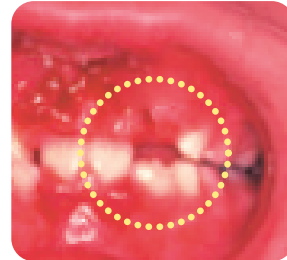


永久歯の上顎前歯が大きく破折しています。詰めたり、かぶせたりという処置をするとともに、しばらくは経過をみる必要があります。



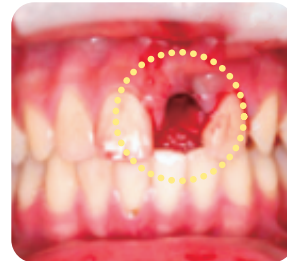
神経(歯髄)が出ているため、早めに歯髄処置が必要です。乳歯の場合は次の永久歯に生え替わるまで定期的にチェックをしていくことが望めます。

★ 歯の位置がずれた、めり込んだ(転位、陥入)



乳歯の下顎前歯が大きくずれています。永久歯に影響が出ることもあり、生え替わりまで定期的にチェックを受けることが望めます。

★ 歯が抜け落ちた、なくなった(脱落、喪失)



条件がよければ再植を試みます。脱落した歯の保存状態がよいほど、再植の予後も良好になることが期待されます。

ここのは先生のアドバイス
ケガは、突然やってきます。
「すぐに対応する!」がとても重要です。

口の中のケガは、早期に対処するかどうかでその後の治療経過にも関わってきます。強く歯をぶつけているのにも関わらず、スポーツの試合などが終わってから受診される方もいらっしゃいます。歯が元のように戻るかどうかは受傷してから時間が大きく関わってきますので、ケガをしたらすぐに歯科医院にかかられることをおすすめします。また、マウスガードによる予防もお考えください。

Point! /



歯のケガの予防に マウスガード を使いましょう!

スポーツ選手が装着しているマウスガードを見たことがあると思います。
マウスガードはお口の外傷を予防できる効果的な安全装具の一つです。



マウスガードの 6 つの効果

1. 歯への外傷が予防できます。
2. 唇や頬などを噛むケガを予防できます。
3. 顎の骨、顎関節への傷害を予防できます。
4. 自分の歯で相手にケガさせることを予防できます。
5. 強い噛みしめによる歯へのダメージを軽減できます。
6. 安心感によりプレーに集中できます。

マウスガードの装着義務のあるスポーツ

- ボクシング
- キックボクシング
- 空手(一部の流派、団体)
- テコンドー
- アメリカンフットボール
- ラグビー(U-15・U-19)
- ラクロス
- アイスホッケー
- インラインホッケー(年齢規程あり)
- フィールドホッケー(中学・高校)

マウスガード装着が推奨されるスポーツ

- 野球
- ソフトボール
- サッカー
- バスケッボール
- バレーボール
- ハンドボール
- ラグビー
- 水球
- スカッシュ
- ラケットボール
- 体操・アクロバット
- レスリング
- 柔道
- 空手
- 相撲
- 重量挙げ
- 馬術
- 自転車競技
- モータースポーツ
- スケートボード
- サーフィン
- スキー
- インラインスケート 等

※スポーツの競技・団体によって、装着する場合の注意事項(色の指定等)や装着が認められていない競技や団体がありますので、必ず競技ルールをご確認ください。

歯科医院で作る 自分の歯に合った マウスガード

★ 利点 1
自分の歯への適合性が最も良好になります。

★ 利点 2
外れにくく、発音に影響を与えにくくなります。



色々な色から選べます



! マウスガードを安全にお使いいただくために

- 歯の生え変わりや顎の骨の成長に合わせて調整が必要です。
- 少なくとも3か月に一度は歯科医院で調整を受けてください。
- 歯の矯正治療中は装置により軟組織を傷つけやすく、外力による歯の損傷のリスクが高まります。その場合にも適したマウスガードが作製できます。

歯のケガ 緊急 連絡先



日曜・祝日の場合

■ 京都市休日急病歯科中央診療所(二条)

電話: 075-812-8493

住 所: 〒604-8418 京都市中京区西ノ京東柳尾町1番地
一般社団法人京都府歯科医師会口腔保健センター内
診療時間: 午前10時~午後5時

■ 宇治市休日急病診療所

電話: 0774-39-9430

住 所: 〒611-0021 宇治市宇治下居13-2 うじ安心館5F
診療時間: 午前10時~11時30分 / 午後1時~2時30分
※2025年7月時点

でんわ相談

■ 子ども医療でんわ相談

電話: #8000

対 象: 府内に住む15歳未満の子どもや家族等
相談時間: 午後7時~翌朝8時(土曜日は午後3時~翌朝8時)

■ 救急安心センターきょうと

電話: #7119 (または0570-00-7119)

対 象: 全年齢
相談時間: 24時間365日

PRESENT



アンケートにご回答いただいた方の中から

抽選でステキな賞品をプレゼント

皆さまからのご感想や、歯と口に関する疑問・質問を大募集！

2025年10月31日（金）までにご応募いただくと、抽選で下記の賞品をプレゼント。

皆さまのお声を
聞かせて
くださ〜い！

KYOの歯
アンケート



このQRを
スマートフォン
などで読み込み
アンケート入力
のフォームに移動



①オーラルB すみずみ クリーンキッズプレミアム

歯と歯ぐきにやさしい安心な
毛束で、すみずみまで
きれいに磨けます。

2
名様



②吹き戻し トレーニングセット

楽しく口腔機能を
鍛えることができ、
口呼吸の予防にもなります。

5
名様



③こども用はみがき剤 3種セット(各40g)

フッ素とキシリトール配合で、
むし歯の発生や進行を
予防します。
3種類(オレンジ、ストロベリー、アップルミント)

10
名様



④口腔ケアセット

フロス・歯ブラシ・
歯磨剤などの
口腔ケアセットです。

30
名様

※賞品をお選びいただくことはできません。あらかじめご了承ください。その他のプレゼント応募条件などの詳細はアンケートフォーム内に記載しています。

表紙を飾る写真を公募します！

作品
テーマ

「お気に入りの京都の風景」

※応募者本人が撮影したもの、肖像権(人物)の承諾が取れているものに限りです。
※掲載の都合上、トリミングなどを行う場合がございますので、あらかじめご了承ください。
※作品は厳正なる審査の上選定し、採用されたご本人のみにご連絡いたします。

DATA format
データ容量・形式

・高画質対応のカメラ/レンズで撮影したもの
・JPEG データ ・10MB程度
・目安4000×6000pixel程度

テーマに沿って、京都の美しい景色、ほっとするようなひとコマ、日常の中の風景…など、京都の暮らしの中で見つけた「お気に入りの一枚」をぜひご応募ください。表紙写真に採用された方には賞品としてデンタルケア詰め合わせセットをプレゼント！

《データ提出先・締め切り日》

2025年10月31日（金）までに必要事項を記載のうえ、画像を添付し、下記のメールアドレスにお送りください。

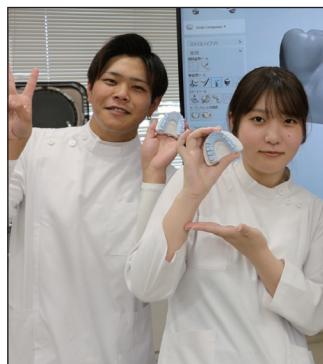
宛先 **kyonoha@tplus-group.co.jp**

編集・制作 株式会社ティ・プラス

件名 「KYOの歯」表紙画像

本文 お名前・作品のご説明(100字程度)

画像 メール添付



口腔の健康を守る国家ライセンス

衛生士科(3年制) 技工士科(2年制)

一般社団法人 京都府歯科医師会 会立

Kyoto College of Dental Hygienists and Technicians



京都歯科医療技術専門学校

〒604-8418 京都市中京区西ノ京東梅尾町1番地
TEL.075-812-8492 info@sikasen.jp

【受付時間】

9:00~12:00・13:00~17:00月-金(祝日除く)

昼休み12:00~13:00はTEL.075-812-8494

https://sikasen.jp 京都歯科医療技術



「歯みがキッズ」大募集！

KBS京都「歯っぴーライフ」の番組内で、頑張って歯磨きしている子供たちの1分程度の動画を募集しております。

「歯っぴーライフ」番組X(旧Twitter) (@kbs_happylife) をフォローの上「#歯みがキッズ」をつけて投稿ください。



皆さんからのご応募お待ちしております！

《お問い合わせ》



一般社団法人 京都府歯科医師会

〒604-8418 京都市中京区西ノ京東梅尾町1番地

TEL.075-812-8020(代)

京都府歯科医師会

https://www.kda8020.or.jp

KYOの歯 きょうの「は」

KYOの歯は一般社団法人 京都府歯科医師会の広報誌です。

府民の皆さまに、歯と口の健康について分かりやすくお伝えしていくことを目的として発行しています。

Webサイトもご覧ください https://kyonoha.com

KYOの歯



Dental Magazine **KYOの歯** VOL.7

第7号 2025年7月発行