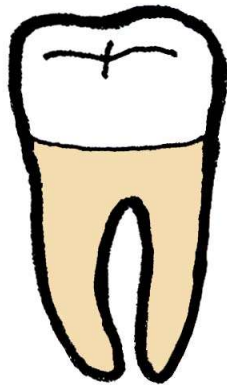


図説  
抜歯・手術後の  
ご注意



翌朝までのご注意

## ■ 圧迫止血のやり方

### A. 切開して抜歯した場合

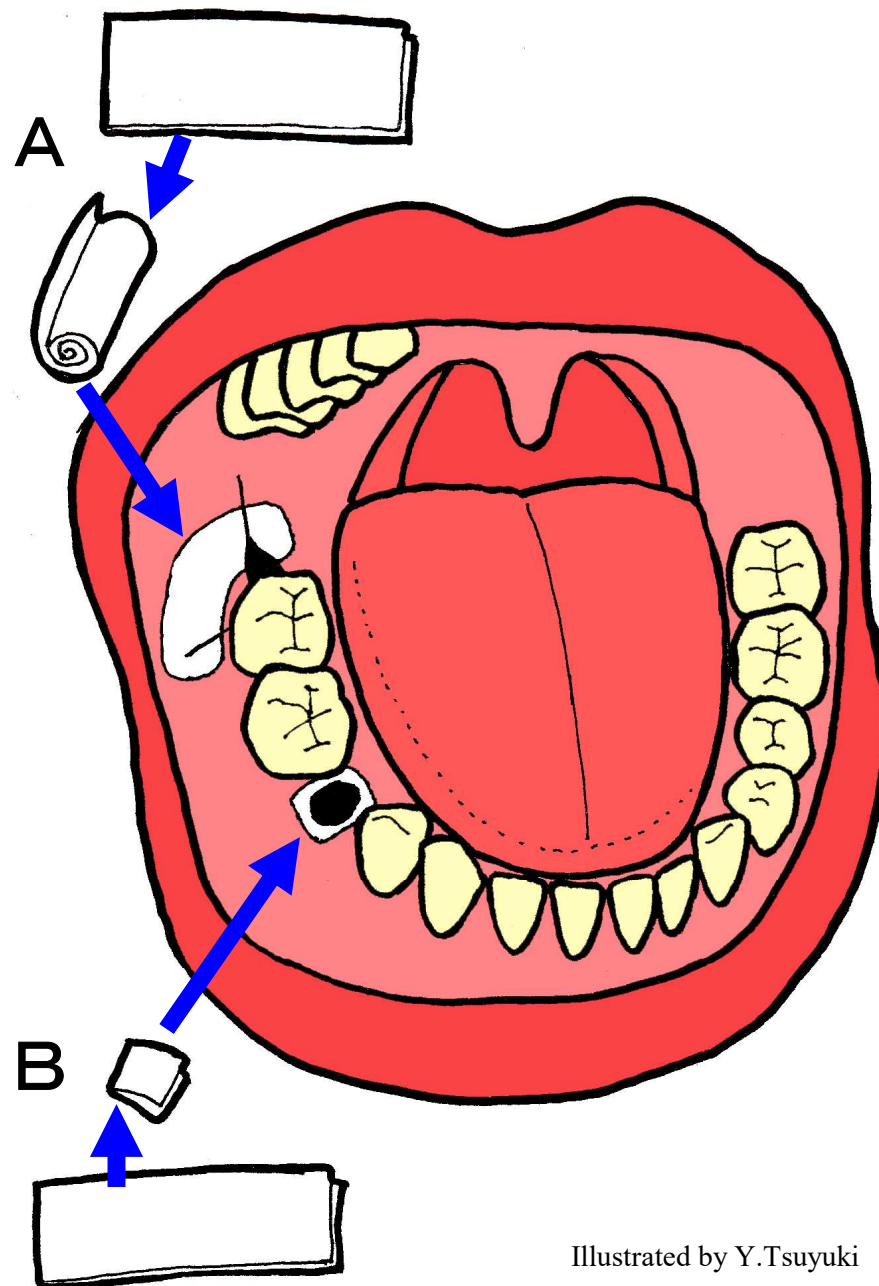
図Aのようにガーゼを1～2枚重ねて、くるくるっと巻いて、抜歯した場所にしっかりと当てます。

次に、ゆっくりと咬んでガーゼで圧迫します。

### B. 切開なしの抜歯の場合

図Bのようにガーゼを細かく折って、抜歯した場所にしっかりと当てます。

次に、ゆっくりと咬んでガーゼで圧迫します。



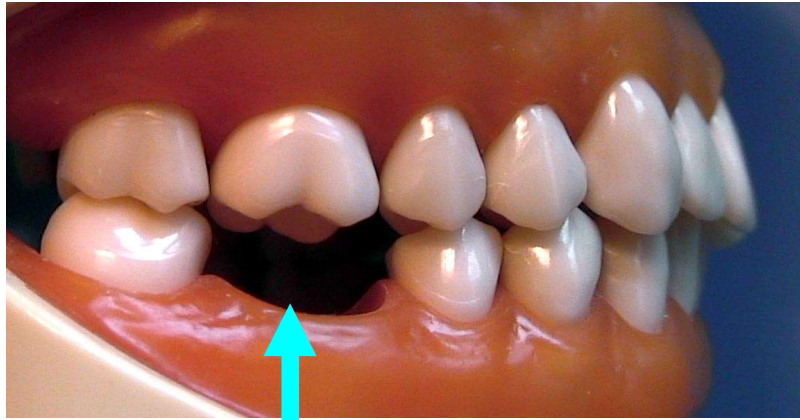
## ■術後の出血と止血について

- ・手術創(手術したところ)にあてるガーゼは、出血を圧迫して止めるためのものです。
- ・20～30分たったら、ガーゼを取り出して捨ててください。
- ・出血が続く場合には、同じように清潔なガーゼを手術創にあてて20～30分間圧迫し、止血するまで繰り返し行ってください。

## ■ 術後の出血と止血について

- ・手術の翌日の朝くらいまで、つばに血が混じります。
- ・うがいをしてしても出血は止まりませんので、うがいするのは控えてください。
- ・お口の中に血がたまったような場合には、手術創に触れないようにしてティッシュペーパーなどでそっとぬぐい取ってください。

## ■ 圧迫止血について



抜歯したところ

いくらガーゼを咬んでも出血するような場合には、ガーゼがきちんと手術創を圧迫しているかどうかを確認してください。



## ■術後の出血と止血について

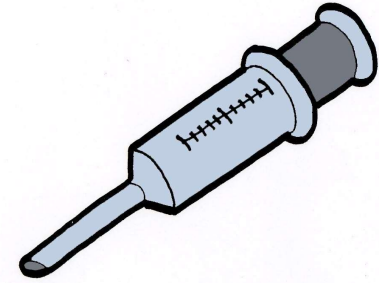
適切に圧迫止血を行えば、ほとんどの出血は止まりますが、まれに圧迫止血だけでは、出血が止まらないことがあります。

真っ赤な血が絶え間なく出てくる場合には、当院へご連絡ください。

血をたくさん飲み込むと、気分が悪くなる場合があります。



## ■ 局所麻酔について



- ・局所麻酔の効果は、約1～2時間です。麻酔がさめると痛くなることがあります。
- ・麻酔が効いている間、唇や舌や頬を咬まないように気をつけてください。
- ・お食事は、麻酔がさめてからにしてください。





## ■ 術後の痛みについて

- ・痛み止めのお薬が効いてくるまでには、30分くらいかかります。
- ・麻酔が効いている間に、痛み止めのお薬1回分を内服してください。
- ・痛み止めのお薬は、4時間以上、間隔をあけて服用してください。



## ■ 術後の痛みについて

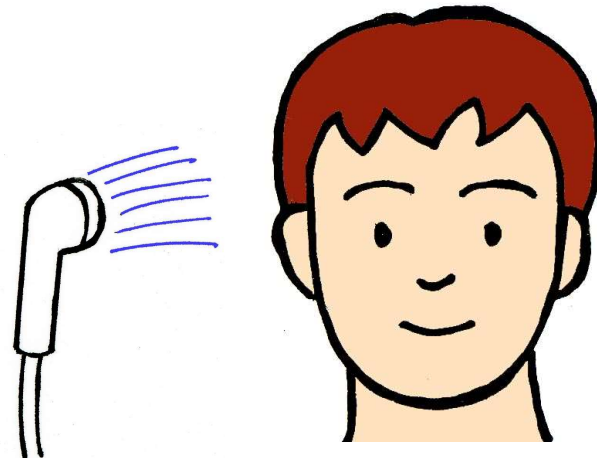
- ・痛み止めのお薬を服用した後、眠気を生じることがありますので、自動車などの運転をできるだけ控えてください。
- ・痛みがはげしい場合には、当院へご連絡ください。



## ■翌朝までは安静に

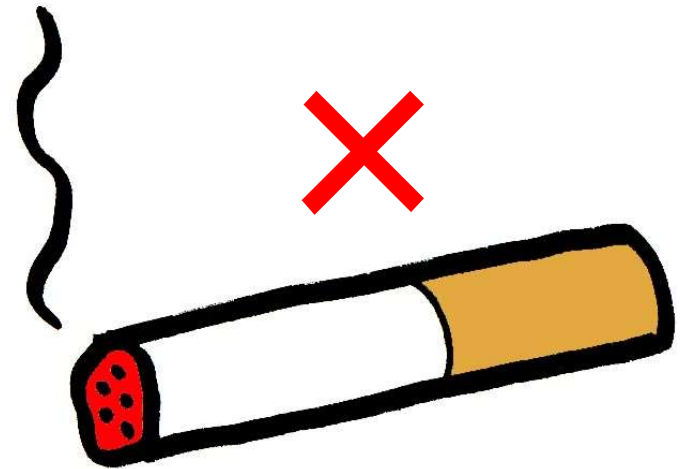


- ・血行が良くなると、出血しやすくなります。
- ・手術後はご自宅にお帰りになって、翌朝までの間、**入浴、お酒、激しい運動はひかえて安静にしてください。**
- ・手術を受けた日の夜は、**軽くシャワーを浴びるくらい**にしてください。



## ■タバコはできるだけ控えて

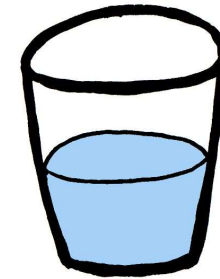
タバコは手術創の治りを悪くしますので、1週間できるだけ控えてください。



## ■お食事はやわらかいものを

・**お食事**は、刺激物を避け、やわらかいものを召し上がってください。

・**水分**は十分に摂取してください。

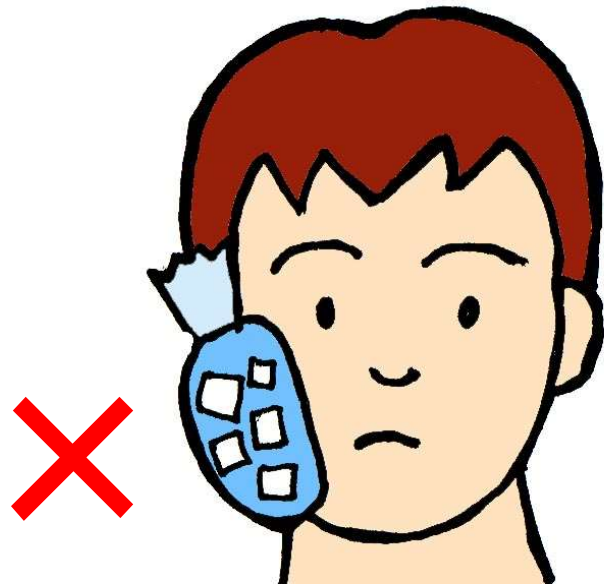


### やわらかい食べ物の例

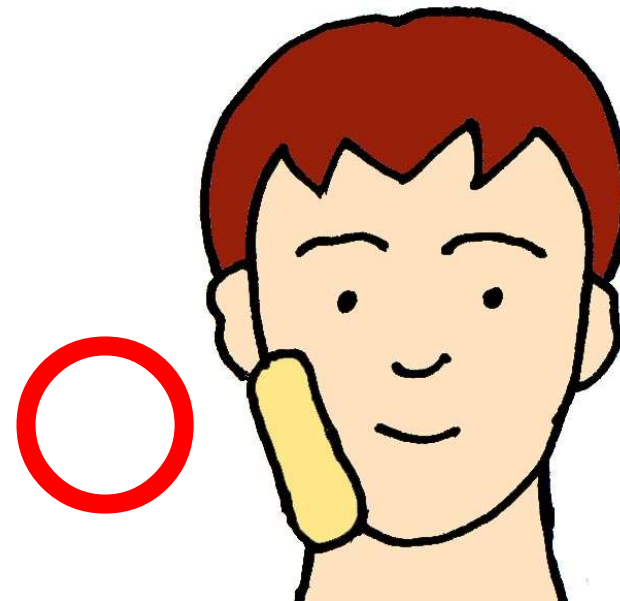
おかゆ、牛乳にひたしたパン、スープ、シチュー、プリン、ゼリー、ヨーグルト、アイスクリームなど。

## ■患部を冷やしすぎないように

冷やしすぎると治りが悪くなります。なるべく冷やさないようにしてください。



氷で直接、冷やさないで  
ください。



ぬれたタオルをあてる  
くらいにしてください。

## ■うがいについて

- ・翌朝までは、はげしくお口を水でゆすいだり、つばを何度も吐いたりしないでください。
- ・食事の後、手術創に食べ物が残らない程度に、そっとお口をゆすぐ程度にしてください。

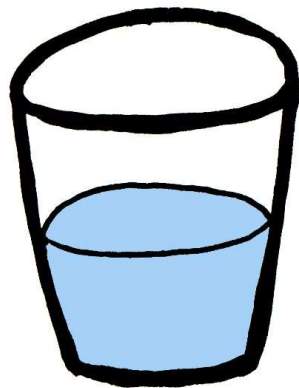
何度もお口をゆすぎますと、出血しやすくなるだけでなく、手術創から血が洗い流されてしまい、治りが悪くなります。



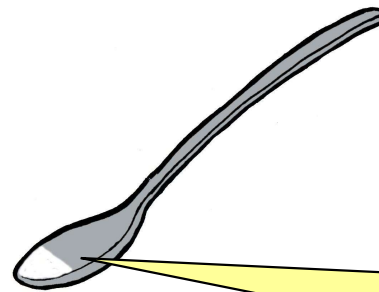
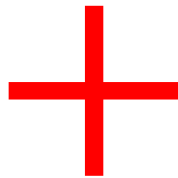
## ■うがいについて

- ・水でゆすぐと、しみて痛くなることがあります。
- ・100ccのぬるま湯に1gの食塩を溶かした塩水を使うと、手術創への刺激があまりありません。

コーヒースプーンすりきり1ぱいの食塩は、約2.5gです。



100ccのぬるま湯



食塩1g

塩水の作り方

半分よりも  
ちょっと少なめ



## ■おやすみ前のご注意

- ・手術を受けた側を下に向けて寝ますと、術後の腫れが強くなることがあります。
- ・寝ている間に寝具に血がつくことがあります。寝具が汚れないように気をつけてください。



翌日から1週間の  
ご注意

## ■ 激しい運動について

- ・ 3～4日間、汗をかくような激しい運動は控えてください。
- ・ それ以降は、痛みや腫れなどの様子を見ながら、無理をしないように徐々に始めてください。

## ■うがい薬について

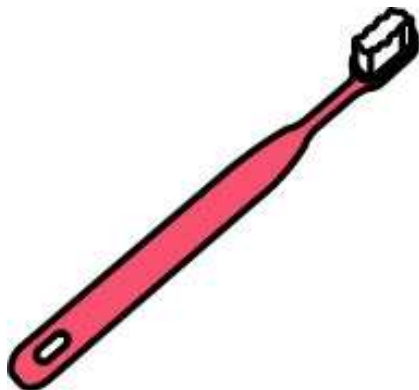
- ・うがい薬を使うのは、24時間たってからにしてください。
- ・1週間、うがい薬でうがいをしてください。



2～3日間は、強いうがい  
するのを控えてください。

## ■ 歯みがきについて

- ・歯みがきは24時間控えてください。
- ・1週間、手術創を避けて、水だけで歯をみがいてください。
- ・最初の数日間は、そっと歯みがきしてください。
- ・お口の中に汚れがたまらないように注意してください。

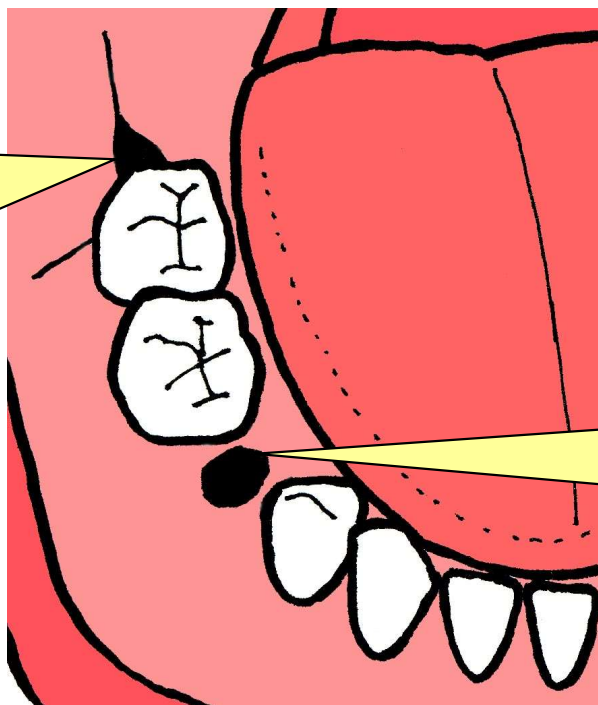


歯みがきは、出血がないことを確認してから。



## ■手術創が落ち着くまで手術創を安静に

歯ぐきを切開  
したような  
場合には  
1週間くらい



通常の抜歯で  
3~4日くらい

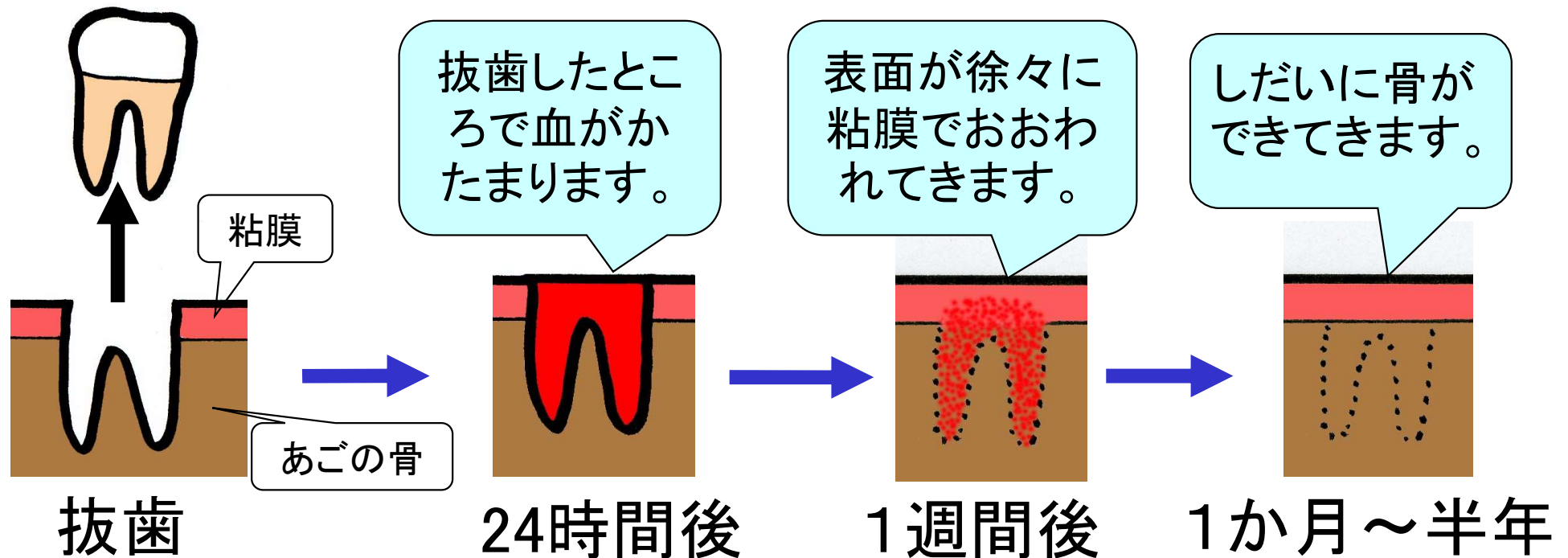
上記の期間、手術創を安静に保ってください

- ・綿棒や歯ブラシが触れないように。
- ・かたい食べ物があたらないように。
- ・ブクブク強くうがいするようなことを控えて。
- ・舌や指で触れないように。

## ■手術創が落ち着くまで手術創を安静に

手術したところに血のかたまりができて、治っていきます。

### 抜歯したところが治る過程





## ■腫れと発熱について

- ・翌日から翌々日にかけてが一番腫れる頃です。
- ・術後2～3日間、微熱が出る場合があります。
- ・体温が38.0℃以上になるような場合には、ご連絡ください。

首やのどまで腫れた場合、呼吸しにくくなる場合があります。  
首やのどの腫れが強い場合には、すぐにご連絡ください。



## ■お薬について

- ・抗菌薬などが処方されている場合には、指示通りに服用してください。
- ・お薬でお腹がゆるくなったり、ごくまれに発疹などを起こすことがあります。
- ・何か異常がみられたら、すぐにお薬を中止し、当院にご連絡ください。



## ■ その他

- ・手術してから2～3週間は、化膿しやすいので注意が必要です。
- ・歯の治療が必要な場合、治療開始の時期については、歯科医師にご相談ください。



# 図説 抜歯・手術後のご注意

2003年9月6日 初版発行

著者 露木 良治

Yoshiharu TSUYUKI D.D.S., Ph.D.

E-mail fwkk8987@nifty.com

内容の全部、または一部を  
無断で転載することを固く禁じます。