

令和8年8月25日(火)



歯を抜いた後に強いうがいをしてはいけません。最大の理由は、傷口をふさぐ大切な血のかたまり(血餅)が水流で洗い流されてしまい、さらに血が止まりにくくなる原因やあごの骨が露出し、強い痛みの原因にもなるからです。歯を抜いた直後は傷口から出血しますが、時間の経過とともに血液がゼリ状に固まり「血餅」が形成されます。血餅は、傷口を保護するフタや細菌の侵入を防ぐバリアーの役割を果たし、新しい組織が作られるための土台となる重要な役割を担っています。もし、この段階で勢いよく「ブクブク」と強いうがいをすると、水流によってせっかくできた血餅が剥がれ落ちてしまいます。さらに、うがいによる口の中の刺激や陰圧によって傷口が再び開き、血が止まりにくくなる悪循環に陥ります。

強めを避けて傷口保護

抜歯後のうがい



抜歯後のうがいはそっと吐き出す程度に(画像は生成AIで作成しました)

「ク」と強いうがいをすると、水流によってせっかくできた血餅が剥がれ落ちてしまいます。さらに、うがいによる口の中の刺激や陰圧によって傷口が再び開き、血が止まりにくくなる悪循環に陥ります。

血餅が完全になくなると傷口がふさがらず、内部のあごの骨が外部にむき出しの状態になってしまいます。「ドライソケット」と呼ばれる状態です。

ドライソケットになると、ズキズキとした激しい痛みが数日から数週間続くようになります。治癒も大幅に遅れてしまいます。さらに、傷口が外気にさらされることで細菌感染のリスクも高まり、術後の経過に悪影響を及ぼします。そのため、抜歯当日は強いうがいや頻繁なうがいを避け、出血がにじむ程度であればそっと吐き出す程度にとどめることが大切です。

抜歯後、痛みが強かったり、血が止まりにくかったりして心配な場合は決して自分で判断せず、施術を受けた歯科医院に相談してください。

(県歯科医師会 福祉厚生委員会
木村英敏)