

教えて！ さめじま先生

歯の健康について大切なことを
さめじま先生が毎回分かりやすく解説。
一生つき合っていく「歯」のことをしっかり考えてみよう！
※プロケード偶数月号掲載



教えてくれる先生

歯科さめじま
鮫島佳子 院長

東戸塚出身。口のトラブルから最新の予防歯科にいたるまで最善の歯科医療を提供。地元に着実した歯科だからこそ、多くの人に長年愛されている。

今月のテーマ

乳歯から永久歯に…
乳幼児期のお口の中
一生モノだから
親がしっかりみてあげて

く、人工乳をあげている場合、糖分が入っているのでもちよと注意をしておいて。ただし、よだれもいつぱい出ているので、よだれから、躍起になつて磨かなくても大丈夫でしょう。その後、3歳半くらいまでに全ての乳歯が生え、小学校高学年で永久歯が揃いますが、食生活等の変化に伴い、最近のお子さんの歯の状態は変化しつつあります。今回は、その中で気をつけてほしいポイントをお伝えします。

最悪な歯医者デビューは一生のトラウマに…

避けたい幼児の奥歯の虫歯

幼児の場合、始めに虫歯になりやすいのは、以前は上の前歯でしたが、最近が一番奥の歯と奥から2番目の歯との間に出来ることが多いです。なぜかと言うと、現代日本人は軟らかいものを食べるものが多く、そのため顔の骨格が小さくなり、昔はすきっ歯だった幼児の歯が、狭い口の中にびったり並んで生えるようになってしまったので

です。それは、一見キレイな歯並びに見えるのですが、食べ物が歯と歯の間に挟まりやすくなってしまうので、お口の中が常に汚れた状態になりがちです。すると、磨き残しが多い奥歯が最初に虫歯になるので、奥歯となると治療の難易度があがります。口を大きく開けていなければならぬ時間が長くなるので、嫌がるお子さんはまわりの大人がしっかりと押さえつけて治療をせざるを得ません。結果、「歯医者は怖い」というイメージを抱くお子さんも。歯医者デビューが最悪なものになると、大人になつても歯医者が嫌いで虫歯の悪化を放置してしまう、そんなことにも繋がりがかねません。ですから、目安としては保健所の1歳半検診で詳しく見てもらった際、要チェックになった場合は、一度歯医者さんにもつてもらってください。どれくらいの頻度でどういうケアが必要なのか、フッ素を塗るのか、お家でセルフメンテナンスはどうしたらよいか教えてもらってください。

大人の方の場合は、自己管理の環境として虫歯予防やお口の中を健康に保つような努力するべきですが、お子様のお口の中というのは親御さんの助けがないと、いい状態を保つのはなかなか難しいものです。小さい頃のお口の状態はその子の一生に関わるものなのです。

まず、乳児期は6〜8ヶ月くらいになると下の前歯が生えてきます。この頃は保護者の方がガーゼで拭いてあげてください。母乳ではな

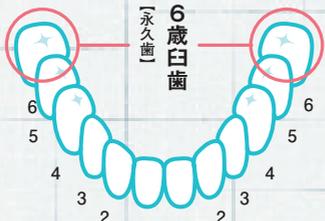


フッ素配合の歯磨きジェルは、バナナ、レモンティーなどフレーバーも様々。

「抜けるから気にしない」
では済まされない「乳歯」。
噛み合わせもお忘れなく

親御さんの中には、「乳歯ははずれ抜けてしまうから、虫歯にならうがたいしたことはない」というようなお気持ちの方もいらっしゃると思います。しかし、歯というものは「歯」に全て抜けてしまう訳ではありません。まずは、下の前歯2本が抜けて替わり、永久歯である6歳臼歯が4本生えて、というところから始まります。その生え替わりの段階で乳歯が虫歯等で全部崩壊していたら顎のスペースは低くなってしまいます。すると顎の距離が短くなり、

奥に6歳臼歯が生えるスペースが小さくなってしまいます。6歳臼歯は噛み合わせの位置を決めるものです。そして、骨格の成長・発育にもなつて側方の歯(犬歯と小臼歯2つ)が抜け替わっていくので乳歯が健康にキープできなければキレイな歯並びで大人の歯が生えることができないのです。



親としてできること…
こんなことに気をつけて

● 歯磨きの監督は10歳まで
細かく手を動かすことができない乳幼児期は、保護者の方がしっかりと磨いてあげてください。場合によ



お子さんが嫌がることもあるかもしれませんが、親御さんは押さえつけてでも根気よくやってあげてください！

● 噛む力を付けさせる
今の時代、軟らかくておいしいものが沢山出ています。硬いものを嫌うお子様もいると思いますが、なるべくそうではない食べ物も与えてあげてください。野菜だったらスティックサラダにしてもいいので、噛んでいるうちに歯の汚れが落ちるのでおすすめです。

[MAP 東D-1]



☎ 045-823-4181

住所：戸塚区品濃町 563 ネオポリストキョ V2F
東戸塚駅徒歩8分 駐車場あり
診療時間：9:30～18:30 (昼休憩なし)
土曜は17:00まで

休診日：日曜、祝日
※ホームページも是非ご覧ください。
HP：http://samejimahdc.jp