

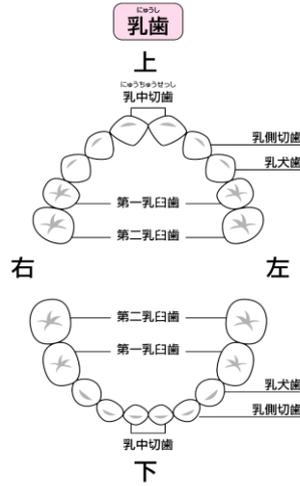


# 赤ちゃんの歯のは・な・し



## 乳歯が生えるとき

赤ちゃんの歯は、6か月から生え始め、ほぼ2歳ごろまでに生えそろういます。個人差がありますのであまり不安がらず、ゆったり構えて様子を観察しましょう。



《上の歯》	
乳中切歯	7か月半～
乳側切歯	9か月～
乳犬歯	1歳6か月～
第1乳臼歯	1歳2か月～
第2乳臼歯	2歳～
《下の歯》	
第2乳臼歯	1歳8か月～
第1乳臼歯	1歳～
乳犬歯	1歳4か月～
乳側切歯	7か月～
乳中切歯	6か月～

## 乳歯の役割

### ★噛むこと★



よく噛むことはお子さんの成長・発達に必要な栄養が効率よく吸収されるととても大切な役割を持っています。また噛むという動作は、脳の発達にも役立つと言われています。

### ★発音★



たくさんの言葉を覚えていく幼児期は、歯が健康であることで正しくキレイな発音が可能になります。

### ★永久歯の誘導★



乳歯から永久歯に生え変わる時期には、乳歯の根は吸収されて次に生えてくる永久歯を誘導します。むし歯などで乳歯を失うと、後から生えてくる永久歯にも障害が出てきます。子供の成長を促す上で大切な歯なので、十分な注意が必要です。



## むし歯菌は感染するもの

- ★むし歯は、ミュータンス菌等のむし歯菌による**感染症**の一種です。
- ★もともと赤ちゃんにはむし歯菌がいません。ところが、**むし歯菌は、生後1歳7か月頃から2歳7か月頃の時期に大人から感染し**、赤ちゃんの口の中に住みつくとされています。
- ★ママやパパにむし歯があると、同じスプーンを使った時等に、唾液を介して感染してしまう確率がとても高くなります。**家族みんなで、口の中を清潔にすることがむし歯予防につながります。**

## 生え変わるのだからと粗末にしていると…

### ■咀嚼(そしゃく)障害

⇒噛めない、偏食の原因

### ■発音障害

⇒うまく話せない

### ■あごの成長異常

⇒顔の形の不調和

### ■不正咬合

⇒歯並びが悪くなる。



## 永久歯にも影響します！！

## 歯が生えていないうちは……

■歯が生える前の時期は、母乳やミルクが口の中にたまっていることもなく、お口の中は唾液がきれいにしてくれます。

■口を触られるのに慣らすため、時々、お口まわりや歯ぐきをそっと指で触ってあげましょう。

⇒これは、歯磨きを始める準備になります。

\*機嫌のいい時にするようにしましょう。





# 歯育てスタート！！

—むし歯は予防できる—



## チェック1



### 乳歯が生えたら…



(＊生後6～7か月頃)

★歯ブラシの感触になれるために、歯ブラシを持たせましょう。

(必ず、大人の方が側で見てあげましょう。)

★離乳食を食べた後は、湯冷ましやお茶を飲ませたり、湿らせたガーゼ等で拭いてあげましょう。

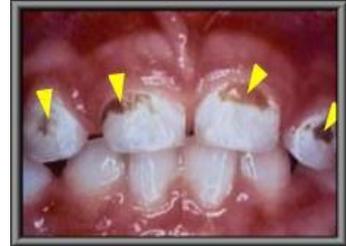
★果汁・幼児用ジュース・赤ちゃん用イオン飲料等を哺乳瓶であげないようにしましょう。



**哺乳瓶むし歯**の原因になります。



★歯が生え始めると、なぜかお菓子を食はじめる赤ちゃんが増えてきます。まだ、必要ありませんので、もう少し先のお楽しみにしておきましょう・・・



## チェック2



### 前歯が8本程度生えたら…

(＊1歳頃)

1歳頃になると上下8本くらい歯が生えそろういます。

★この時期から、そろそろ**歯ブラシ**を使って磨く習慣をつけましょう。(やわらかめ)

まずは、歯ブラシに慣れることが大切です。一日1回、遊び感覚で楽しく歯磨き遊びをしましょう。(歯磨剤の吐き出しが出来ない低年齢児用に低濃度のフッ化物配合フォームやスプレーもあります。)

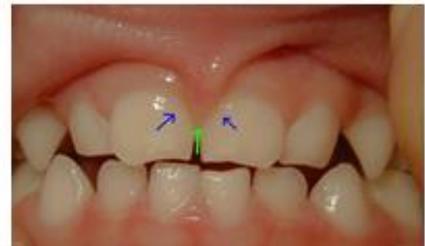
＊上の歯は唾液もあまり当たらないため、汚れが落ちにくく、むし歯になりやすい部位です。

また、上唇と歯ぐきをつないでいるすじを

**「上唇小帯(ウツツヨウタイ)」(緑の矢印)**は、敏感なところなので、当たらないように注意して磨く必要があります。

一度、痛い思いをしてしまうと、次から嫌がる事があります。

★ストローやコップ使って飲み物を飲むことが出来るようになります。練習をしましょう。



青い矢印の個所に汚れがたまりやすいので、ココに注意しながら右と左の歯を、それぞれ1本ずつ別々に磨くようにしましょう。



## 歯と口の健康づくりに関する問い合わせ先



一般社団法人鳥取県中部歯科医師会

〒682-0802 倉吉市東巖城町68 (電話：0858-22-5472)

鳥取県中部総合事務所福祉保健局 健康支援課

〒682-0802 倉吉市東巖城町2 (電話：0858-23-3143)