

## 恵仁会通信（戮力協心）vol.48

発効日 2013年2月1日

発行所：医療法人社団 恵仁会 あおば歯科クリニック  
〒080-0048 北海道帯広市西18条北1丁目30番地  
TEL 0155-38-3333 FAX 0155-38-3334

### 子どもの歯磨きはいつから？

子どもの歯はいつ頃から生えるかご存じですか？

乳歯は生後6ヶ月頃に下の前歯から生えることが多いです。

前歯が生え初めたら、ガーゼで優しく、歯の表面の汚れをふき取るようにします。

お口の中をさわることは歯みがきをする為の練習にもなります。

では歯ブラシを使った歯みがきはいつ頃から始めたら良いのでしょうか？

歯みがきをいつから始めるかは、歯の生え方で決めて下さい。

たとえば、上の前歯がぴったりとくっついているお子さんは、それだけでむし歯を作りやすいので早めに歯みがきを始めます。

上の前歯に隙間が空いていても奥歯が生え始める頃には歯みがきを始めましょう。

**子どもの歯は大人と違って脆く、乳歯のエナメル質の厚さは永久歯の半分しかありません。**

**一度虫歯になるとその進行が早いという心配な点があります。**

**子どもが嫌がるからと言って歯磨きをしないのはダメですよ！**

子どもが歯磨きを嫌がり、歯磨きをどうすればいいのか悩むお母さんが多いようです。

はじめから上手に歯磨きができる子供はいません。暴れるのが当たり前です。

子どもが暴れる場合は保護者の方の太腿の間に頭をはさみ、子どもの肩の上に足を乗せると動きを抑制できます。



磨き始めたら最後まで磨くのが大切です。磨いてあげるときは怖い顔は禁物ですよ！

優しく話かけながら磨いてあげてください。

最初は嫌がっていても、毎日続けていけば次第に慣れていきます。

焦らず、笑顔で根気強く続けて大事なお子様の歯の健康を守りましょう！