

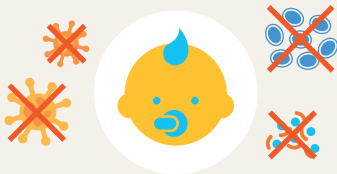
Yoshida Dental NEWS

2024
11,12

特集

赤ちゃんの口腔ケア

赤ちゃんの口腔ケアは、将来の健康な口内環境を育むために非常に大切なことです。赤ちゃんの口腔内はデリケートであるため、周りの方が十分に意識して接してあげましょう。



生まれたばかりの
赤ちゃんの口の中には
悪い細菌はいません!



大人が舐めたスプーンで離乳食を与えたり、キスをするなどして唾液を介して、赤ちゃんに虫歯菌や歯周病菌を感染させてしまいます。

ご自身が虫歯や歯周病になりにくい細菌バランスを作り上げることを意識しましょう!
そうすることで、赤ちゃんへのリスクも低減させることが可能になります。



赤ちゃんの口腔ケアのポイント

授乳後の清潔ケア

湿らせたガーゼや柔らかい布で歯茎や舌を軽く拭きます。



歯が生えたらブラッシング

柔らかいベビー用歯ブラシで水だけで優しく磨きます。



よだれ対策

よだれが多い場合はこまめに拭き取って肌を清潔に保ちます。



歯科健診

乳歯が生えたら定期的に受診しましょう。



赤ちゃんが生まれる前からのケアも忘れずに

良好な細菌バランスを作り上げるのは簡単ではありません。

歯科医院での正しいプロフェッショナルケアを受け、ご家庭での適切なセルフケアを実践することで作り上げていくものです。定期的に歯科医院の受診をして、妊娠した場合も継続して頂くことをお勧めします。生まれてくるお子さまのために、事前にご自身や周りの環境を整えましょう。

姿勢を正して食べる

食事するときの姿勢は、体の発育や口や顎にも影響を与えます。

頬や舌の筋肉が正常によく動くようにするための大切なことの一つとして、「正しい姿勢」で食事をする事が挙げられます。例えば、猫背の状態で食事をする事が習慣化されていくと、下あごが前にずれて前噛みになってしまいます。本来の正常な形である、奥歯に食べ物を乗せ、頬と舌の筋肉を使ってしっかりと噛むことができなくなってしまうのです。「正しく噛む」歯並びやお口の発育を正常な状態にしていくために実践しましょう。

関連するリスク

子どもの指しゃぶり

指に押されてあごの骨が変形し、前歯が噛み合わない「開口」になる。



下くちびるを噛む

上の歯で下くちびるを噛むクセがあると、出っ歯になってしまうことがある。



頬杖をつく

歯が内側に押し込まれて歯列が変形し歯並びが悪くなることも。下顎の発育のジャマをしたり顔が曲がることもある。



口を開けて食べる

いちばんいけないのは、口を開けてクチャクチャ噛むことで、上の歯が噛み合っていない人によくみられます。頬の筋肉が緊張して横から歯を押すため歯列が狭くなり、奥歯をよく使っていないので、前噛みになりがちで姿勢まで崩れていきます。



正しい姿勢を意識すると同時に、「正しく飲む」ことも意識しましょう。くちびるをしっかり閉じて、ごっくんとゆっくり飲み込むことで、唇、頬、舌、ノドの筋肉が運動して正しく運動してくれます。

ご自身の普段の食事のときはどうかな?と意識してみましょう。

最後に

開院26年目に入りました

おかげさまで10/1に開院26周年を迎えることが出来ました。

今後も皆さまの歯の健康をお守りしていくために日々研鑽してまいりますので、宜しくお願いいたします。



 医療法人社団 吉田歯科口腔外科

〒042-0932 函館市湯川町1丁目30-8 TEL 0138-59-3918

受付時間 9:00~12:00 / 14:30~18:00 休診日 年中無休(年末年始は除く)

※受付 土・日は16:30まで 祝日は13:30まで

<https://www.ydos.com/>



X (旧Twitter)



Instagram