

CC通信

歯磨きの習慣をつけましょう！



「三つ子の魂百まで」というように、子どもの頃（3歳まで）に身に付けた習慣は、大人になっても自然に出来ているものです。

むし歯を防ぐための歯磨き習慣も子どものうちに習慣付けておかないと成長していくにつれてむし歯や歯周病などの口腔内トラブルに悩まされてしまいます。



口腔内を清潔にし、むし歯予防のために行なう歯磨きは、子どもにとって大切な生活習慣の一つです。

睡眠・運動・食事の生活リズムを身に付けるのと同じように規則正しい食生活に基づく、歯磨きの習慣づけが大切です。



当院では、お子様に 歯磨きを習慣化させる お手伝いをしています！

それは、**定期的な歯の健診**です！

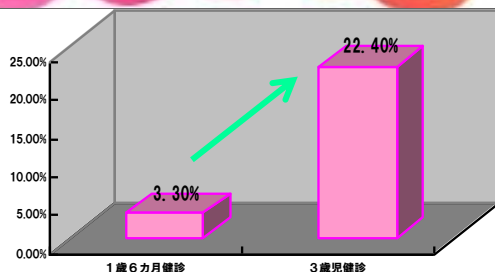
健診では、むし歯が出来ていないか・初期むし歯が進行していないかのチェック！生え変わりのチェック！フッ素塗布！食生活の相談！など内容は様々ですが、お子様にとっては、歯科医院に通って口腔内を診てもらおうという習慣をつけることのできる時期です。

歯科医院に通うことで、「歯・お口は大切なんだ。」「歯磨き頑張らなくちゃ。」という気持ちを持つことができます。



楽しく健診を受け続けていけるように、スタッフ一同お手伝いさせていただきます！！

気をつけて！



苫小牧市の保健師さんの調査によると、平成25年度苫小牧市乳幼児健診にて1歳半健診でむし歯があった割合が3.3%でした。

ところが・・・

その1年半後、3歳時健診になるとむし歯になっている割合が22.4%とどーんと急増しています！

なんと約7倍にもなっています！！

これは、だんだん甘いものなどおやつの内容が変わり、むし歯になりやすい状態になっているものと考えられます。



当院で定期健診をするために
まずは、お口の中のおし歯菌
の数や唾液の力を調べます。



生まれてきた赤ちゃんのお口の中は、むし歯菌がいない状態です。しかし、一緒に生活をしているお父さん、お母さんなどの家族からむし歯菌が移り、菌が増えていきます。

0～3歳までが、もっとも菌の移りやすい時期とされています。

この年齢のお子様は、検査が難しいためと、上記の事からお父さんかお母さんのお口のむし歯菌の検査をさせていただいております。検査結果に合わせて、定期健診の内容やこれからお家で気をつけていくことなどをお子様に合わせて、ご提案させていただいております。

お父さん・お母さんも 一緒に定期健診を！

歯医者に行きたいけれど、小さい子がいると自分の事は後回しになってしまう方も多いのではないのでしょうか？
また、子どもと一緒に行って大丈夫なのかな？と不安に思う方もいらっしゃると思います。



当院では、親子で定期健診やクリーニングをされている方、矯正治療をされている方が多くいらっしゃいます。

お子様を抱っこしながら診療台に乗って診査や処置をしたり、すぐそばで遊んでいたりと、院内に慣れてくると、待合室でスタッフと遊んでいたりとお子様のご機嫌に合わせて対応させていただいておりますので安心して診療を受けていただくことが出来ます。

※成人の方のむし歯治療は行っておりません。

お家で歯磨き習慣を身につける方法



乳児期から、歯ブラシ・歯磨きに慣れ親しませる

子どもは自分の興味を持ったものに執着する性分があります。

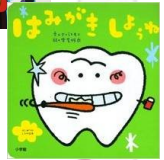
このような執着を活かして、乳児の段階から歯ブラシを与え、歯みがきに対する興味を持たせてあげましょう。お父さん、お母さんが歯磨きをしているところも見せてあげても良いですよ。



楽しく歯磨きができるような環境を作る！

歯磨きを題材にした絵本やDVDは、お子様が好きなキャラクター、乗り物や動物が出ているものなどたくさん発売されています。

これらを見ながら「〇〇ちゃんも一緒にやってみよう」と誘い楽し



嫌がらない歯ブラシ・歯磨き粉を選ぶ

子ども用の歯ブラシや歯磨き粉は、刺激が少ないものを選ぶのが基本です。

歯ブラシは毛が硬すぎずヘッドが小さい物を、歯磨き粉は低刺激でいちご味などお子様が好むフレーバーが付いているものが良いです。

また、仕上げ磨きをする時も力を入れないようにしましょう。

