

お口の健康

第9回 低年齢児の虫歯予防

今月は、歯が生え始め乳歯が全てそろそろ頃までの低年齢児の虫歯予防のお話です。

最新の研究により、お母さんから子供へ虫歯菌が感染する時期が明らかになってきました。

それは、1歳〜3歳の間だそうです。この期間によく注意すれば、むし菌菌の感染そのものを防ぐことができ、あるいは感染の時期を遅らせることにより自分の歯で生活できる年数が長くなるそうです。つまり、虫歯予防は最初が肝心なのです。

ところで、秋田県の1歳半児の虫歯率が全国で最下位になってしまったそうです。この湯沢市雄勝郡内でも1歳半児の歯科検診で、ひどい虫歯を作ってくる子供が時々見られます。そのような子供のお母さんが、決まっていう言葉は「この子、歯磨きを嫌がってあまり磨かせてくれないんです。」が、一番多いそうです。でも、1歳や2歳でおりこうに磨かせる子どもは案外少ないものです。ひどい虫歯のできる子供の多くは、実は食生活に問題があるようです。特に市販のお菓子やジュース（スポーツドリンクも

含む）の与え方には充分配慮しなければなりません。それに歯磨きを嫌がっている頃から、お菓子やジュースを与えてしまうと、あつという間に虫歯を作ってしまうことが多いようです。砂糖を含む甘いお菓子を与えるのは、お家の方の歯磨きを嫌がらずにできるようにしてからにしたいものです。

◎低年齢児の虫歯予防のポイント

- ① 箸やスプーンの（母子間で）共有をしない
- ② 自由にお菓子を食べられる環境にしない
- ③ ジュース・スポーツドリンクより水やお茶を与える
- ④ 夜眠くなる前に歯磨きする
- ⑤ フッ素入りの歯磨き剤の使用または歯科医院で歯にフッ素を塗ってもらう



湯沢市・雄勝郡
歯科医師会

ホームページ：
<http://www.yutopia.or.jp/~yoda/>