



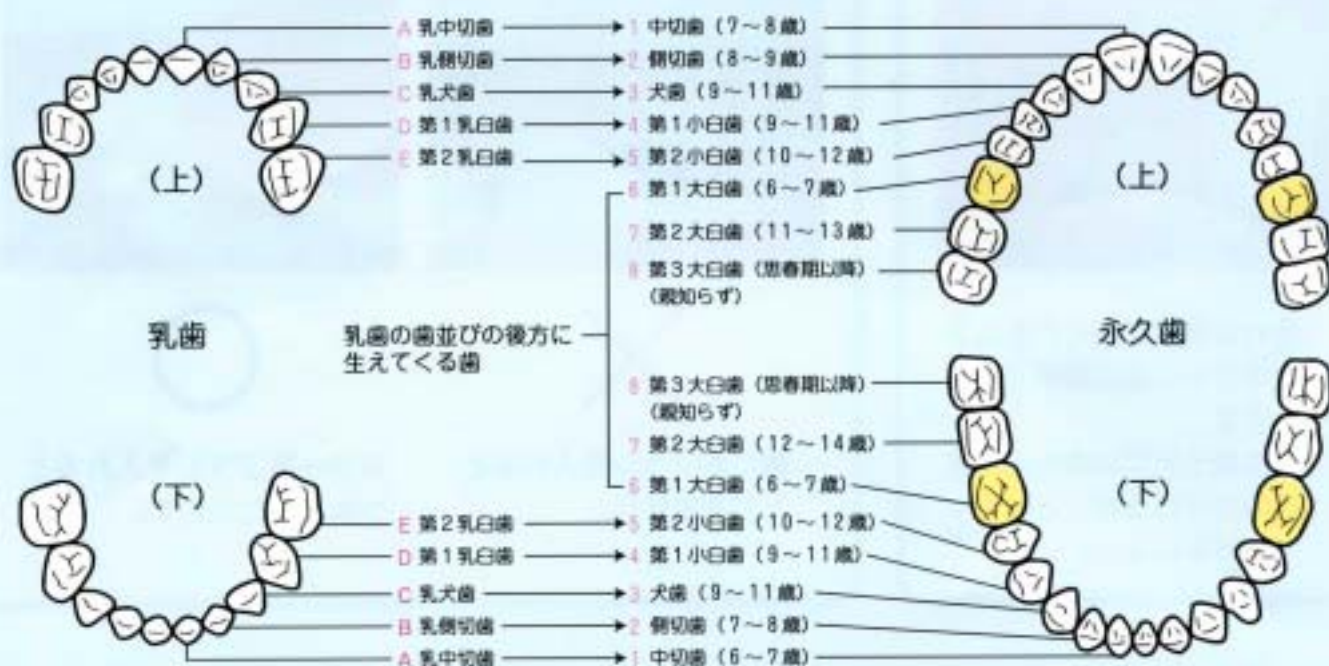
6歳臼歯を守りましょう



5～6歳になると下の前歯が抜けかわり新しい永久歯が生えてくるのに前後して、口の中の一番奥に大きな永久歯が生えてきます。

この歯を6歳臼歯（第一大臼歯）といいます。

乳歯から永久歯への交換



※名称の前についているアルファベットや数字はその歯を示す記号です。

6歳臼歯が大切なわけ

- ① 永久歯の歯並びとかみ合わせの基本になります。また、この後生えてくる永久歯のガイドをします。
- ② ものをかみ砕く力が一番大きく、かむための中心となります。
- ③ この歯をむし歯から守ることが一生自分の歯で食べられる幸せにつながります。



生えはじめの頃



こうなる前に背の低い状態（みがきにくい状態）が約1年続きます。

全部生えた状態



むし歯になった6歳臼歯



汚れた状態が続くと生える途中でむし歯になってしまいます。
一生使う大切な歯を、保護者の方がしっかりとまもってあげましょう。

6歳臼歯のみがき方



縦に歯ブラシを入れるととどきません。



横から歯ブラシを入れるとうまく当たります。

こどもの歯をむし歯から守るために

- ① 甘いものをだらだら食べたり飲んだりするのはやめましょう。
- ② 食べたら歯をみがく習慣をつけましょう。寝る前には必ず保護者の方が「仕上げみがき」をしてあげましょう。
- ③ 「かかりつけ歯科医」をもち、定期的に検診や指導、予防処置※を受けましょう。

※予防処置には歯の質を強くする「フッ素塗布」のほかに、臼歯のかみ合わせの溝をプラスチックで埋めてしまう「シーラント」などがあります。

シーラントした歯



赤く染めてみるとプラスチックが詰まっている様子がわかります。