

赤ちゃんの歯の手入れ

～ お口の中をのぞくことから始めてみましょう！ ～

年齢	0 か月	6 か月	1 歳	1 歳2～3か月
歯の生え方	* 歯の生える時期・順番は個人差が大きいので心配いりません			
				
	「 上皮真珠 」が見られることもありますが、心配いりません	下2本	前歯8本	奥歯1本
歯みがき	【準備期】 お遊び感覚で お口の周りのマッサージ	【練習期】 前歯がしっかりのびてきたら 歯みがきスタート お座りできたら離乳食後に歯ブラシを持たせて	【習慣化】 寝かせ磨き	1回/日 寝る前は忘れずに 上唇小帯 を指でガードする
		離乳食の後は、お茶や湯冷ましを飲ませて口の中をきれいにしましょう。		
生活習慣	(むし歯の原因) 	【むし歯菌の感染に気をつけましょう】 スプーンやお箸の共用や口移しは止めましょう ご両親がまず、お口の清潔を保ちましょう 【9か月頃から】 コップやストローで飲む練習をしましょう	【「哺乳びんむし歯」に気をつけましょう】 	イオン飲料・ジュース・乳酸飲料等の甘味飲料は哺乳びんに入れて飲ませないようにしましょう。
		【おしゃぶりの使用はさけましょう】 歯並びを悪くしたり、感情表現を妨げることもあります	【1歳半を過ぎれば卒乳を!】 自然卒乳の場合は 夜間の授乳・口腔清掃・砂糖の摂取 には特に気をつけましょう	
健康診査	4か月児健康診査の 歯科相談 第2子以降のお子さんは第1子より早い時期に甘いものを覚えてしまうのでむし歯のリスクが高くなります。上のお子さんの卒乳時期・食習慣・フッ化物利用状況などを振り返り、下のお子さんに活かしましょう		1歳6か月児健康診査 「むし歯の予測テスト」(全員) 「フッ化物塗布」(希望者・有料)	