



歯科医・彌勒寺寛之の 後悔しない 歯科治療の受け方

第12回

「いつもはかわいい天使も このときばかりは悪魔に！ 仕上げ磨きの方法」

こんにちは。土沢デンタルクリニックの彌勒寺です。今回も引き続き、自ら出産を経験し、目下子育て中の妻で歯科医師の彌勒寺美鈴がお送りします。

今回は仕上げ磨きの方法についてお伝えしていきます。お子さんの検診をしていると、保護者の方の一番多い悩みが「うちの子は嫌がって歯磨きさせてくれない」というものです。これはどこのご家庭でもだいたい同じです。うちの子は両親、叔母、祖父が歯科医師にも関わらず、歯磨きは嫌がりました。(なので、歯磨きの嫌がりは遺伝とは無関係のようです。)

まずはじめに、何のために仕上げ磨きが必要なのか、という点を明確にしておきましょう。なぜなら子供が嫌がってしまうとつい「かわいそうかな」と思ってしまったたり、面倒になってしまったり…、その結果、やらなくなってしまふことが多くなるからです。

仕上げ磨きが必要な理由はむし菌にならないようにするためです。ではなぜむし菌にならないほうがいいのか。[子供の歯(以下、乳歯)はむし菌になってもそのうち生えかわるから、わざわざ治療しなくても…]、と思ったことはありませんか。実は乳歯のむし菌が進んでひどくなってしまうと、大人の歯(以下、永久歯)に影響を与え、永久歯がうまく育たないことがあるのです。他にも、噛めなくなる、永久歯の生える位置や時期の異常が起こる、うまく発音できない、偏食や食欲不振になる、全身の抵抗力が落ちる、など多くの影響を及ぼします。ですから、仕上げ磨きはお子さんの生涯に

とって、とても大切な親からの贈り物になります。

では仕上げ磨きの方法です。まず体勢ですが、はじめのうちは保護者の股の間に子供の頭を入れ、子供の上腕を保護者の太ももの下に入れ、軽く押さえて子供の頭を安定させます。慣れてきたらひざの上でできるようになります。次に磨き方ですが、上の前歯は上唇の裏のすじを引っ掛けないように人差し指でガードし、奥歯は人差し指でほほをふくらませて磨きます。また、大人と違って長時間の歯磨きはできませんので、磨く場所もここさえできればとりあえずOKというポイントがあります。それは、上の前歯の根元、上の前歯の歯と歯の間、そして奥歯の噛む面の溝、です。他にも磨く順番を決める、仕上げ磨き専用の歯ブラシを用意する、フロスも行なう、などがありますので、お子さんの成長に応じて取り入れていきましょう。気をつけてほしいことは、まじめな保護者ほど真剣に一生懸命やっしまい、逆効果になってしまうことです。歯磨きが苦手なら苦手という子供の個性も認めて、できる範囲で楽しくやる、その代わり歯科医院をうまく利用して定期的に検診やフッ素塗布をうけるなど、臨機応変に対応していくことがむし菌予防で一番重要だと思います。

また、最近では「イクメン」(育児をするメンズ)という言葉が流行していますが、休日など時間ができた時はパパが仕上げ磨きをしてあげると、子供とコミュニケーションがとれ、ママにも感謝されるなど、皆がハッピーになれると思います。

※この連載を機に有資格者による無料院内託児サービスを開始しました。詳細はホームページをご覧ください。

<http://tda86.com/mysite2/childroom.html>

次回 インプラントは値段が高い。そう思われるのは当然です。



～著者プロフィール～

彌勒寺 美鈴 (みろくじ みすず) 1979年栃木県生まれ。

土沢デンタルクリニック勤務歯科医師

土沢デンタルクリニック 宇都宮市本丸町11-12 TEL 028-634-5141

HP <http://tda86.com>

略歴

日本歯科大学卒業 東京医科歯科大学附属病院研修医修了

東京、神奈川(川崎市)の歯科医院勤務の後、現在に至る。

私の父、姉、そして夫も歯科医師ですが、出産を経験したのは今のところ私だけです。なので、特に妊婦さんやお子様に関わる全ての方、お口のことで疑問に思っていることなどがありましたら、お気軽にご相談下さい。

当クリニックのホームページからメールで受け付けています。

