

むし歯菌はどこからくるの？

むし歯菌は、大人の口から伝わっていくものです。養育者やまわりの人が、むし歯や歯周病を治して、お口の中をきれいにするのが大切です。



赤ちゃん専用のスプーンを！

妊婦の歯周病

妊婦の方は、つわりなどの心身の変化で口腔ケアがおろそかになり、女性ホルモンの影響で歯周病が悪化しやすくなります。

最近では、歯周病は早産や低体重児出産と関係していることも明らかになってきました。歯周病の早期の治療をお勧めします。

初産の早期低体重児出産の危険率



(参考：1996年 Offenbacher S, et al.)

ママとベビーの口・歯の質問箱

Q. 妊娠中にお腹の赤ちゃんの歯を丈夫にするには？

「妊婦期」



歯の栄養には、カルシウムだけでなく、タンパク質・リン・ビタミンA・C・Dの栄養素を含む食品をバランスよく摂ることが大切です。偏食を減らし、健康で規則正しい生活をすれば丈夫な歯は作られます。

Q. 母乳をいつまでも飲んでいたら、むし歯になるというのは本当ですか？

「乳児期」



母乳そのものは、むし歯の直接の原因とはなりにくいですが、夜間母乳を飲みながら眠ると、唾液の分泌が少なく、母乳が上の前歯の周囲にたまり、むし歯がしやすい環境になるので注意しましょう。

Q. 母親にむし歯が多いと、子どももむし歯になりやすいですか？

「乳幼児」



歯並びや唾液の性質など、遺伝的なものもありますが、赤ちゃんの頃の生活習慣が大きく影響します。またむし歯菌がお母さんから赤ちゃんに伝播するケースがあり、お母さんのむし歯を早めに治療しておきましょう。

Q. おしゃぶりは歯並びに影響しますか？

「小児」



よい歯並びのためには、おしゃぶりはできるだけ使用しないことをお勧めします。発語や言葉を覚える1歳を過ぎたら、常時使用しないようにし、遅くとも2歳半までに中止しましょう。

Q. 指しゃぶりは歯並びに影響しますか？

「小児」



生後2歳頃までの退屈な時や眠たい時の指しゃぶりは、神経質にならずに見守ってください。ただ4～5歳になって頻繁な指しゃぶりは、歯並びやかみ合わせに影響をあたえることが多いので、小児歯科等へのご相談をお勧めします。

発行：一般社団法人 日本小児歯科学会

〒170-0003 東京都豊島区駒込1-43-9 駒込TSビル4F
TEL 03-3947-8891 FAX 03-3947-8341
<http://www.jspd.or.jp/about.htm>

2009.03

For You & Your Baby



口腔ケアは
一生の健康を
支えます
妊娠中から子育て中の
歯の健康を
守る方法とは…

小児歯科医からのINFORMATION

一般社団法人 日本小児歯科学会

<http://www.jspd.or.jp/about.htm>