

杉村歯科 通信

第 127 号 H27 年 12 月号

発行者：杉村歯科 宇城市不知火町高良 2259

TEL 0964-32-5010



子どもの歯のケアについて



歯が出始める前（生後4ヶ月～）

赤ちゃんは生後6ヶ月くらいから歯が生え始めます。その直前の4ヶ月くらいから、だんだん歯ぐきがむずむずしてきますので、ガーゼで歯ぐきを拭いてあげるなどの刺激を与えてあげましょう！こうした刺激により、歯が生えてきたときにスムーズに歯ブラシが使えるようになります。また、刺激を与えることで、殺菌、抗菌効果のある唾液がたくさん出るようになります。

歯が生えてきたら・・・（生後6ヶ月～）

ほんの少しでも歯が生えてきたら、歯磨きをスタートしましょう。生え始めの頃は、何よりも歯磨きに慣れさせることが大切です。ふき取ることもできますが、今後の歯磨き習慣の定着のためにも、歯ブラシで磨いてあげましょう。嫌いににならないようにやさしく磨いてあげるのがコツです。



歯の数が増えてきたら・・・（生後8ヶ月～）

歯の数が増えてくると、歯と歯の間、歯の裏側、磨きにくいところが出てきます。こうしたところからむし歯になりますので、注意して磨きましょう！磨き方のコツはまず適切なサイズの歯ブラシを使うことです。大きすぎると隅々まで磨けません。また、鉛筆を持つように歯ブラシをもち、やさしく小刻みに磨いてあげてください。歯と歯の間はフロスも有効です。

奥歯が生えてきたら・・・（1歳～2歳）

1歳頃から奥歯が生え、いろいろなものが食べられるようになります。その分、食べかすが詰まったりすることも多いので、より注意が必要です。また、奥歯のかみ合う面には複雑な形の溝があります。ここにプラーク（歯垢）が溜まって虫歯になることがとても多く、しっかりしたケアが必要です。毛先を垂直に立てて、奥から手前にかき出すようにして磨いてあげましょう。

自分で磨けるようにしましょう（2歳～3歳）

言葉も理解できるようになり、歯も揃ってきたところで、少しずつ自分で歯をきれいにする習慣をつけてあげましょう。まずはうがいからスタートして、少しずつブラッシングも練習するようにします。もちろん、ちゃんと磨くのは難しいので、仕上げ磨きをしっかりとあげましょう！！



その他にも、“**歯医者さん嫌いにしない**”ことや“**定期健診を受ける**”また、“**子どもに口移しをしない**”ことが大切です。

「歯を磨かないと、痛くて怖い歯医者さんに連れて行くよ！」こんな風にお子さんを怖がらせてしまう方がいらっしゃいます。これでは、本当に虫歯になったときに治療がとても難しくなっています。治療を拒絶されてしまうと、適切な治療ができないこともありますので、過度な恐怖心を与えないようにご注意ください。

子どもの歯はとても弱いので、ほんの少しの磨き残しでも虫歯になってしまうことが少なくありません。定期健診で虫歯をチェックすると同時に、フッ素を塗ることで虫歯になりにくい環境をつくることができます。

赤ちゃんの口の中には生まれた時から虫歯の原因となる虫歯菌がいるわけではありません。食べ物を口移したりすることで、外から虫歯菌がやってきます。そのため、口移しは控えたり、あるいはお母さん自身もお口の中の細菌が増えてしまわないようにしっかりケアしておくことも大切です！！

何処？そこ！行ってみたい隊

今回は宇城市松橋町にある『**かなたけ**』さんに行ってきました★こちらでは本格的な手打ち讃岐うどんを食べることができます！

今回私が注文したのは**とり天ぶっかけうどん**です♪
麺はすごくコシがあり、とり天の衣はサクサクで中のお肉は柔らかく、とても美味しかったです♥
うどんが食べ食べたくなったら是非一度行ってみたいはいかがでしょうか？

住所：熊本県宇城市松橋町豊崎 583-4

電話：0964-33-6020

営業時間：11:00～15:00(麺切れ次第閉店)

定休日：月曜日(祝日の場合は翌日休み)



新商品入荷しました！！

歯っぴい キシリグミ フルーツ



キシリトール 100%使用したグミを新しく入荷いたしました！

キシリトールには虫歯予防効果があるのはみなさんご存じですよ。
キシリトールの特徴は「虫歯になりにくい環境を作ること」です。決して、キシリトールを食べれば虫歯にならない訳ではありませんが、効果的な食べ方をすることでお口の環境を変えていくことができます！！

<キシリグミの特徴>

このキシリグミはシュガーレスでキシリトール 100%なので虫歯の心配がありません！
味はストロベリー・オレンジ・グレープの三種類あります。
キシリトールは天然素材で多くの果物や野菜の中に含まれている自然の甘味料なので、シュガーレスですが普通のグミと変わらないくらい甘くて美味しいです♥
また、キシリトールは虫歯の原因となるミュータンス菌の活動を弱めてくれますので歯磨き後に食べていただくと、だ液に流れ込んだキシリトールがお口全体に行き渡り、虫歯予防になります。いくらキシリトールを食べてもお口の中に食べかすが残っていたのでは意味がありませんので、できるだけ歯磨き後に食べることをオススメします。



受付にて税込 400 円で販売しております！
お子様のおやつや甘い物を食べたいけど虫歯を気にされている方、
単純にグミが好きの方、どなたでも美味しくいただけます。
ぜひお試しください♪



お知らせです！！

12月1日より、今年の夏に大好評だった
『歯フラシ キャンペーン』の第2弾を行います。
(歯フラシのお得なセット売りです)

キャンペーンの内容は来年1月のニュースレターにて詳しくお知らせいたします。

歯フラシやおまけも新しくなりますので、

お楽しみに♪

今月号に内容を載せることが出来ず、すみません。
1月31日までの長期販売をいたしますので、是非この機会にご購入ください。

