

むし歯の予防について

む

し歯はミュータンス菌の感染によっておきます。ミュータンス菌は砂糖を栄養源としており、酸を出して歯をとがします。ミュータンス菌は生後6ヶ月～3歳の間に最も感染しやすく、一度感染してしまえば一生その種類のミュータンス菌をもち続けます。感染の機会を少なくするには、子供の身近な人（母親など）のミュータンス菌を減らすことにあります。また同じ箸で食べたり、口うつしで食べさせないことも大切です。



家庭でできる むし歯予防とは？

- 小学校3～4年まで親が寝る前に仕上げ磨きをしてあげて下さい。磨いた後は就寝まで食べ物・ジュース・アイスクリームなどを与えないで下さい。水またはお茶であれば大丈夫です。
- フッ素入り歯磨き剤・フッ素のうがい薬などで毎日フッ素を使うようにして下さい。
- キシリトール100%入りのガム・タブレットを利用して下さい。
- 甘いものを与える時は、甘いものの量ではなく与える回数が問題です。回数を決めてできるだけその回数を減らすようにして下さい。

歯科医院での むし歯の予防法とは？

- ミュータンス菌を含むバイオフィルムを歯からはがす
 - フッ素を塗る
 - シーラントをする
 - ~~レーザーをあてる~~
- などがげられます。



Copyright 2008 Planet Co. All Right Reserved.

上原歯科クリニック

沖縄県浦添市前田1-48-1

TEL:098-879-1555

幼児～小児の定期検診の重要性



予防こそが最善の治療です

永久歯に生え変わるまでの乳歯には、とても重要な役割があります。

個人差はありますが、だいたい12歳くらいまでが生え替わりの時期です。

幼児や小児の時代に健全な乳歯で過ごすことこそ、その後の長い人生を支える永久歯とうまく付き合える鍵なのです。

もし、残念ながらムシ歯ができてしまっても、その後の歯みがきや生活習慣などを改善していけば、ムシ歯に対する抵抗力が高まり、ムシ歯を予防することができます。

当医院では、ムシ歯のチェックと治療のみを目的とした定期検診ではなく、**大切なお子様の歯を守り、一生おいしく食べられるためのお手伝い**をさせて頂きます。



お子様には

- 1 歯科医院を身近に感じてもらう
- 2 歯と歯ぐき、噛み合わせのチェック
- 3 レントゲン、お口の写真撮影
- 4 上手な歯みがきの習慣づけ
- 5 食生活の指導とアドバイス



さらに良好なお口の状態を保つためにお勧めします(自費診療)

・フッ素塗布 ・歯のクリーニング(PMTC) ・だ液検査



保護者の方には

- 1 乳歯の大切さを理解して頂く
- 2 仕上げ磨きの重要性とポイント
- 3 食生活の指導とアドバイス
- 4 ムシ歯や歯周病の原因となる細菌の
近親者から子供への感染に対する注意事項

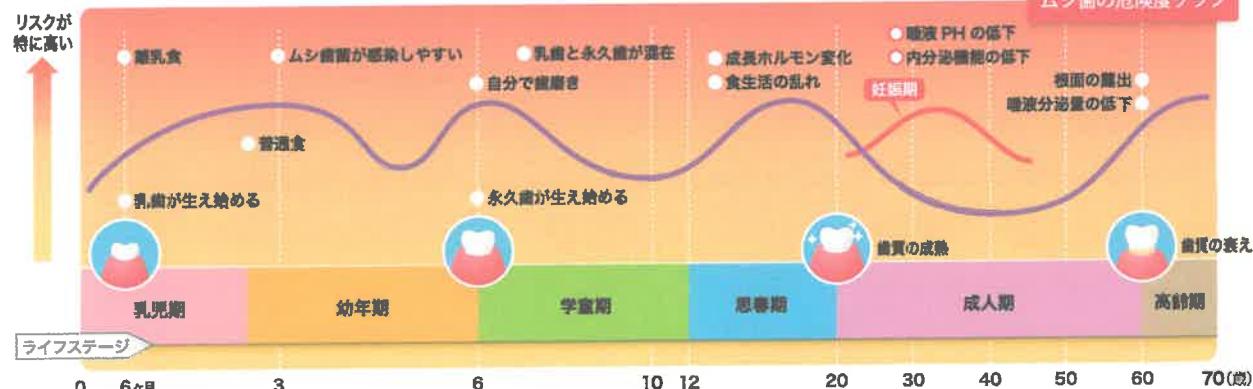


ムシ歯になりやすい時期を知ろう。

ライフステージとムシ歯リスクの関係



年齢による口腔内、生活環境の変化によってムシ歯のリスクは変動します。
各ライフステージにおけるリスクを知って、ムシ歯の予防を心がけましょう。



乳児期



生後 6 ヶ月頃

乳歯が生え始める

- ・離乳食が始まる
- ・未成熟なエナメル質（乳歯）
- ・唾液腺の未発達

幼年期



3 歳頃

乳歯が生えそろう

- ・親の唾液からムシ歯菌が感染しやすい
- ・親と同じものを食べ始める

お子さんの虫歯予防には、歯の溝を塞ぐシーラントやフッ素塗布が効果的です！

学童期



6 歳～10 歳頃

永久歯が生え始める

- ・未成熟なエナメル質（永久歯）
- ・乳歯と永久歯が混在した凸凹の歯並び
- ・自分で歯みがきするようになる
- ・親の仕上げ磨きがなくなる

思春期



12 歳～18 歳頃

永久歯が生えそろう

- ・小遣いで買い物ができる
- ・部活でスポーツドリンクを頻繁に飲む
- ・成長ホルモンの変化で歯肉炎が増える

生活環境や食習慣の変化で、ムシ歯になる確率が高くなります！

成年期



20 歳～50 歳

歯質が成熟する

- ・働き盛りで歯医者に通う時間がない
- ・歯肉炎の原因となるタバコやお酒がOKになる
- ・治療した歯が再びムシ歯になりやすい
- ・唾液 pH の低下 妊娠期
- ・内分泌機能の低下 妊娠期

高齢期



60 歳以降

歯質の衰えがみられる

- ・歯肉が痩せて歯の根が見える
- ・生活習慣病が増える
- ・唾液分泌量の低下
- ・咀嚼機能の低下

これまでの生活習慣や歯のケア不足が原因で、歯の喪失率が高くなります！

ムシ歯や歯周病の発症を未然に防ぐために、定期検診をオススメします。

Copyright 2012 Planet Co. All Right Reserved.

上原歯科クリニック

沖縄県浦添市前田1-48-1

TEL:098-879-1555