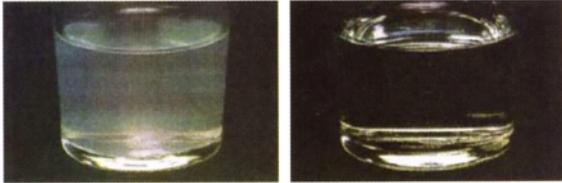




最初は、ふれるだけで十分。

保護者の指でほほをさわったりあげたり、唇にふれたり、歯ブラシも口のなかに入れてふれることから始めましょう

小さな前歯や口の中をふくときは、だっこなどして、ぬれたガーゼでやさしくふきとります。8本くらい生えてきたら、子どもが楽な姿勢で歯ブラシを使ってみがいてあげましょう。基本姿勢は寝かせみがきです。最初から歯みがき剤を使う必要はありません。ブクブクうがいができるようになったら使いましょう。ブクブクうがいができるのは2～3才ころです。1才半ころからブクブクうがいの練習も始めましょう。



まずは、水だけでみがきましょう。

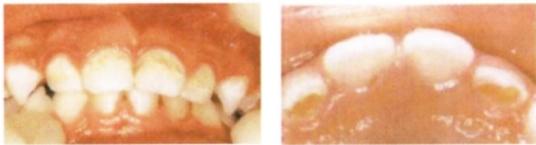
水だけの素みがきで行い、ガラスコップの水が白く濁らなくなったら歯みがき完了です。

むし歯は感染症？

子どものむし歯菌はどこからやってくるのでしょうか。

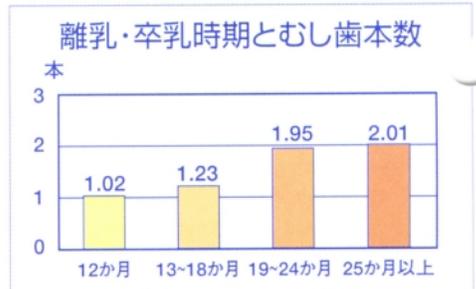
ある調査によると、1才から2才ころに口の中にどんな細菌が住みつくか決まるそうです。離乳食の終わるころから、普通食にはいるころですね。そのころは、とくに育児にかかわる人は自分の口の中をきれいにしておきましょう。

離乳・卒乳の時期とむし歯の関係



哺乳びんむし歯はこんな場所にできます

なかなかやめられない場合には、授乳後、口の中を拭いてあげましょう。…歯だけでなく、歯肉とほおの間にたまった食べかすや飲みかすも取りましょう。舌の動きがまだ十分でないので、物がたまりやすくなっています。



出典:母子歯科保健マニュアル(岡山県)

1歳を過ぎて、哺乳びんの中にミルク以外にジュースやイオン飲料を入れて飲んでいると、むし歯になる危険性が高まります。

乳児期 9～11か月

子どもが指さしやまねをしたら、保護者はそれにこたえてあげましょう。

言葉や社会性の発達に関連する大きな転換点になるのがこの時期です。はいはいからつかまり立ちへすすみます。