

第4章

歯と口の健康づくりに関するQ&A

乳 歯



歯が生えてこないのですが？

A1 平均的には生後6か月頃から乳歯が生えてきますが、個人差があり、1歳のお誕生日を迎える頃になってはじめての歯が生え始めることもあります。1歳6か月を過ぎても歯が生えてこないようであれば、歯科医に相談しましょう。



前歯が曲がって
生えてきたのですが？

A2 生え始めは生えてくる向きも様々ですが、その後のあごの成長や隣の歯が生えてくると乳歯の位置や向きは変化していきます。前歯が生えそろうまで様子を見ましょう。



かみあわせが
心配なのですが？
(反対にかむ。
下あごを前に出す)

A3 奥歯が生えてくる頃になると、かみあわせがわかるようになります。しかし、乳歯のかみ合わせが、そのまま永久歯のかみ合わせに移行するとは限りません。かみ合わせの診断・治療は永久歯が生えてくる頃から始めても十分に合います。様子を見てみてください。

また、歯の生え始めの時期に、下あごを前に出す、歯ぎしりなどの動作をよくしますが、直接的に歯並びには影響しませんので、心配しないでください。

I 子どもの歯と口の基礎知識



指しゃぶりがとれません。
歯並びに影響は？



3歳を過ぎても指しゃぶりが続いている場合には指しゃぶりが習慣化しつつあると考えられます。頑固な指しゃぶりが続くと歯やあごの骨に影響して歯並びやかみ合わせが悪くなることがあります。子どもの心理的な背景が原因とも言われているので、強く叱ったり指に刺激物を塗っても逆効果になる場合が多いようです。「これで決まり」といった方法はありませんが、少しずつやめられるようにお子さんとのふれあいを大切に、外遊びを増やす、手や指を使う遊びを教える、夜は絵本を楽しく読んであげたり、手をつないで寝てあげたりしてみましょう。

永久歯が生え変わる頃まで（～5歳）に癖がなくなれば、永久歯の歯並びやかみ合わせに与える影響は少ないようです。



乳歯に隙間があるが、
永久歯の歯並びに影響は？



隙間のなかった歯並びが、3歳を過ぎるとぐっと隙間が目立ってきたりします。これは、歯の大きさが変わらずに、成長してあごが大きくなるため、永久歯が生えるための準備です。心配はありません。

一方、上の前歯と前歯のすじ（上唇小帯）は歯の間に入り込んでできている隙間の場合で、永久歯に生えかわっても隙間がなくならないようならかかりつけ歯科医に相談してください。



乳歯にむし歯がありますが、
いずれ永久歯に生えかわるので
痛まなければ
そのままでもよいですか？



乳歯は小学校の高学年まで使います。乳歯のむし歯が進行すると永久歯に影響を与えることもあるのできちんと治療しておきましょう。また、歯が生えかわったとしても、生活習慣を急に変えるのは難しいものです。今のうちから見直しをしてお口の環境を整えましょう。

Q7

前歯にむし歯があるようです。
すぐ治療したほうが
よいですか？

A7

お子さんの年齢やむし歯の大きさ・場所にもよりますが、CO（むし歯の始まり）であれば歯を削らなくてすむ場合もあります。まずは一度、かかりつけ歯科医で診察を受けておくことをお勧めします。

Q8

矯正治療の開始時期は
いつごろ？

A8

矯正治療は小学生低学年以降に始めるのが一般的です。6歳臼歯が左右に1本ずつ生えて、前歯4本が永久歯に生えかわると将来の歯並びの予測がつくので「矯正歯科」と標榜している歯科医院で治療方法や費用も含めて相談してみると良いでしょう。ただし、治療が長期に及ぶのが一般的なので、始める前に家族でよく話し合い、治療に対する子どもの理解と同意を得ることが大切です。



永久歯



6歳臼歯が生えてきました。
注意することは？



6歳臼歯は名前のとおり6歳頃に乳歯の奥歯の後ろに生えてきます。生えはじめは歯質が未熟なことや歯の高さが乳歯の奥歯より低いためにみがきにくいこと、乳歯の奥歯よりも溝の形が複雑で深いことから完全に生える前にむし歯になってしまうことがあります。

おやつ・飲物のコントロールや歯みがきだけのケアではむし歯を防ぐのが難しい歯なので、フィッシャーシーラント（溝をプラスチックで埋めてしまう方法）、フッ化物歯面塗布などをおかりつけ歯科医に相談してみるとよいでしょう。



乳歯の後ろから永久歯が生えてきたのですが？



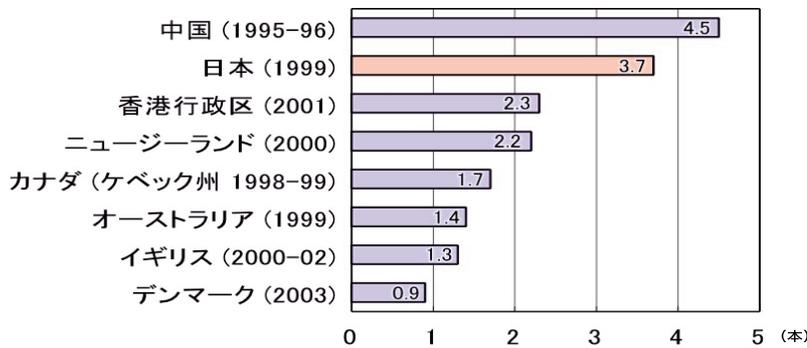
特に下の乳歯が抜けないうちに、後ろから永久歯が生えてくることが多いようです。乳歯がぐらぐらしているようなら自然に抜けるのを待ち、ぐらぐらしていなければかかりつけ歯科医に抜いてもらいましょう。



第5章

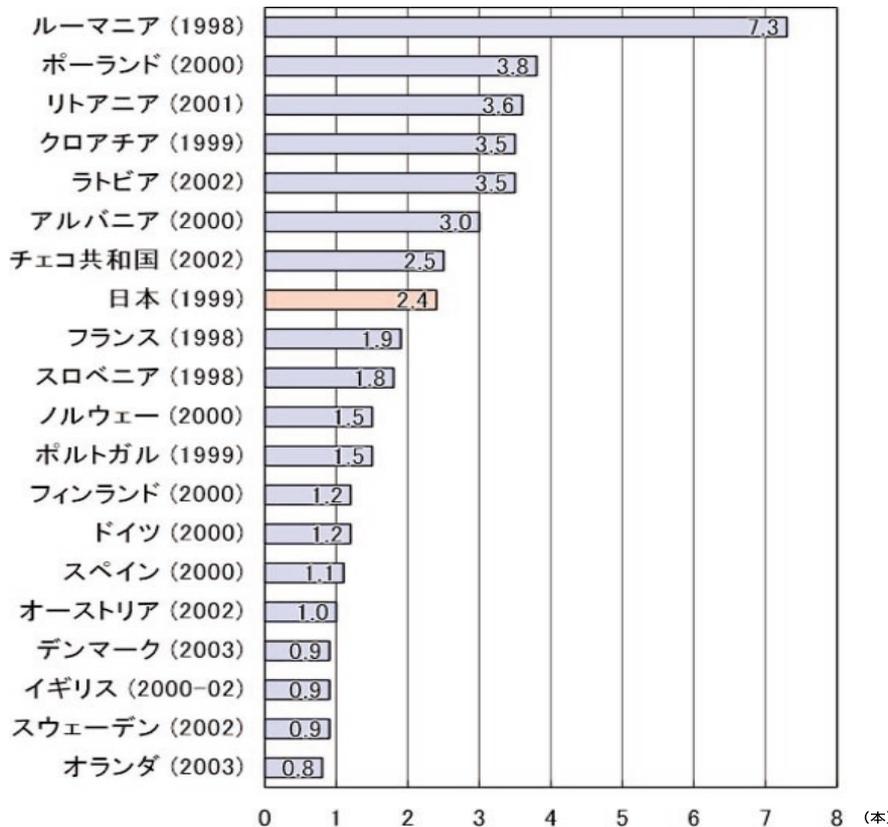
歯と口の健康づくりに関する資料

5歳児一人あたりの乳歯のむし歯の本数（治療したむし歯も含む）



(<http://www.whocollab.od.mah.se/> から)

12歳児一人あたりの永久歯のむし歯の本数（治療したむし歯も含む）



(<http://www.whocollab.od.mah.se/> から)

I 子どもの歯と口の基礎知識

第1章
子どもの歯と口の健康について

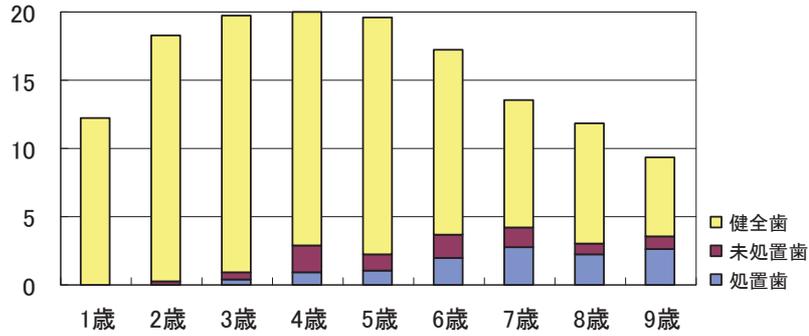
第2章
子どもの歯と口の特徴

第3章
むし歯予防のための基礎知識

第4章
歯と口の健康についてに関するQ&A

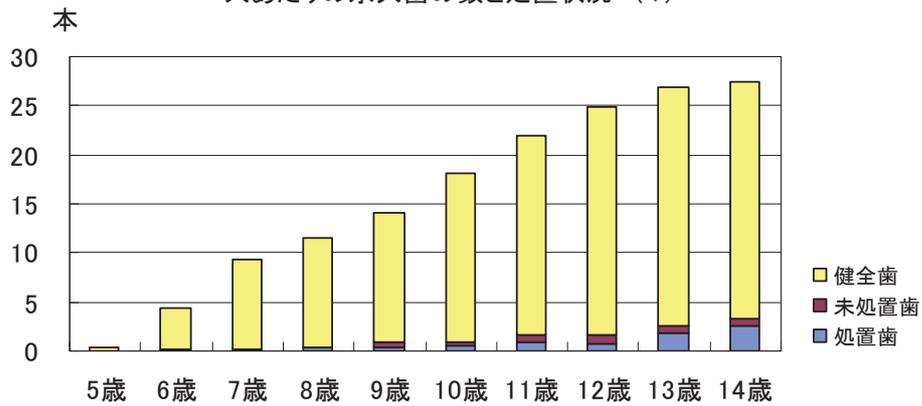
第5章
歯と口の健康についてに関する資料

一人あたりの乳歯の数と処置状況



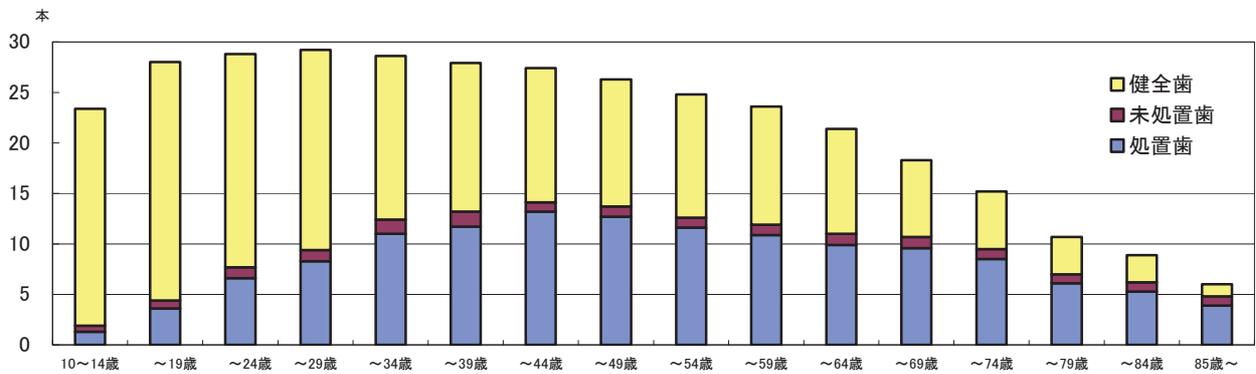
平成17年度歯科疾患実態調査から

一人あたりの永久歯の数と処置状況 (1)



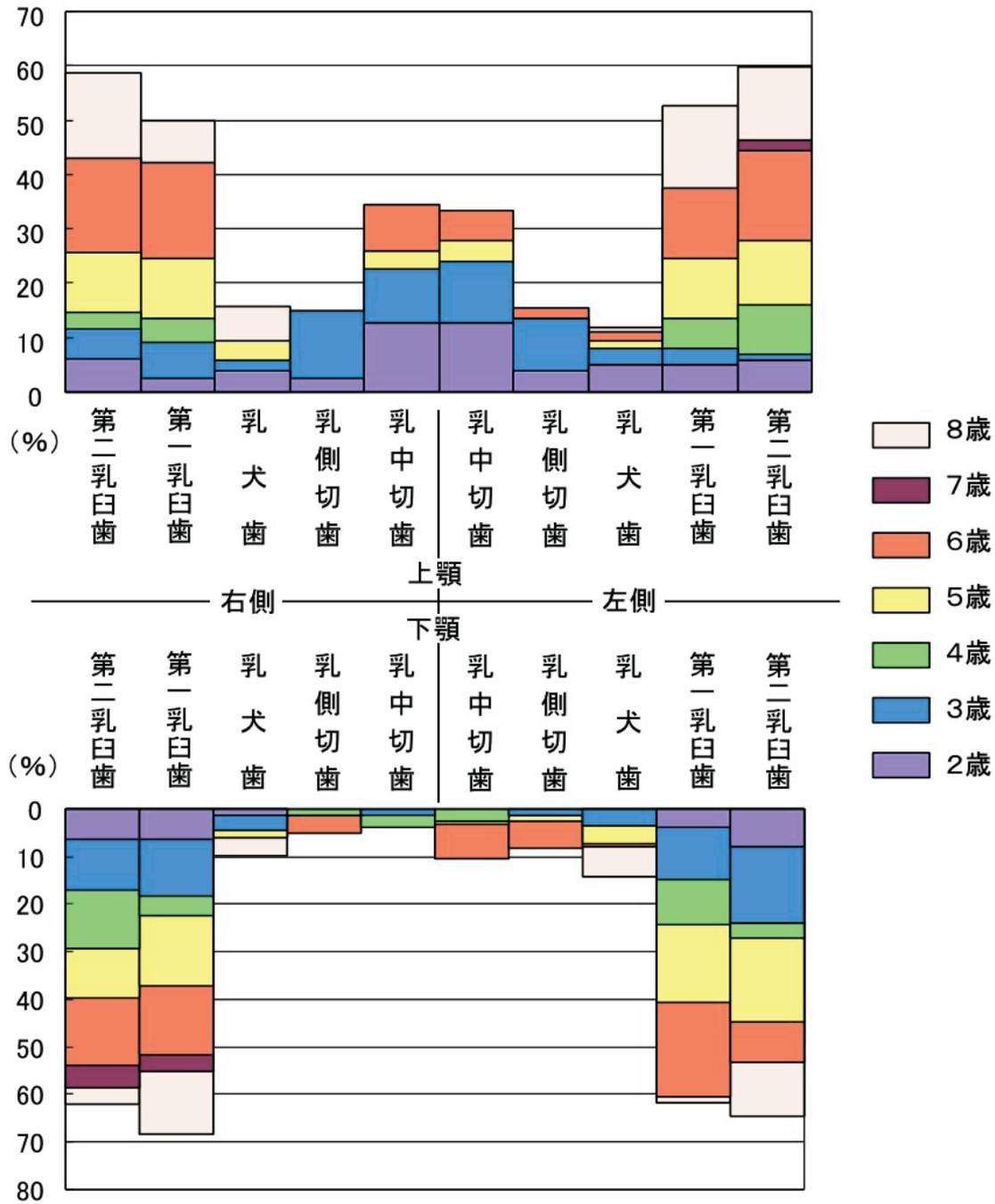
平成17年度歯科疾患実態調査から

一人あたりの永久歯の数と処置状況 (2)



平成17年度歯科疾患実態調査から

乳歯のむし歯の発生する時期



平成17年度歯科疾患実態調査から

I 子どもの歯と口の基礎知識

第1章
子どもの歯と口の健康について

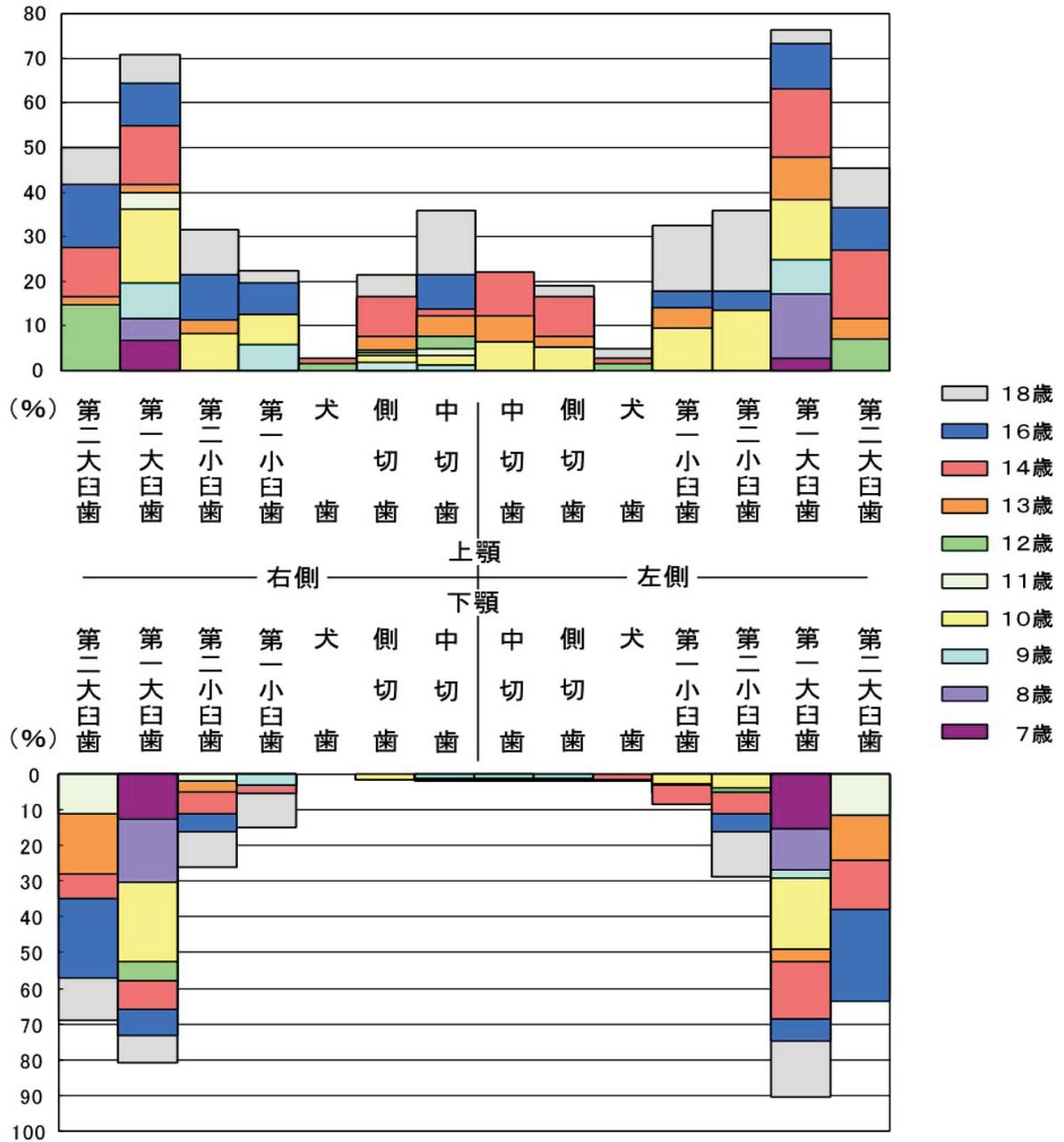
第2章
子どもの歯と口の特徴

第3章
むし歯予防のための基礎知識

第4章
歯と口の健康について関するQ&A

第5章
歯と口の健康について関する資料

年齢ごとのむし歯発生状況



平成17年度歯科疾患実態調査から

歯と口の健康づくりに関する問い合わせ先

各区保健福祉センター（保健所）

青葉区保健福祉センター 家庭健康課

〒980-8701 青葉区上杉1-5-1 TEL 225-7211（代）

宮城総合支所 保健福祉課

〒989-3125 青葉区下愛子字観音堂5 TEL 392-2111（代）

宮城野区保健福祉センター 家庭健康課

〒983-8601 宮城野区五輪2-12-35 TEL 291-2111（代）

若林区保健福祉センター 家庭健康課

〒984-8601 若林区保春院前丁3-1 TEL 282-1111（代）

太白区保健福祉センター 家庭健康課

〒982-8601 太白区長町南3-1-15 TEL 247-1111（代）

秋保総合支所 保健福祉課

〒982-0243 太白区秋保町長袋字大原45-1 TEL 399-2111（代）

泉区保健福祉センター 家庭健康課

〒981-3189 泉区泉中央2-1-1 TEL 372-3111（代）

歯と口の健康づくりネットワーク会議 関連機関連絡先

（社）仙台歯科医師会

〒980-0803 仙台市青葉区国分町一丁目5番1号
TEL (022) 225-4748 FAX (022) 225-4794

東北大学大学院歯学研究科 口腔保健発育学講座 予防歯科学分野

〒980-8575 仙台市青葉区星陵町4番1号
TEL (022) 717-8327 FAX (022) 717-8332
E-mail: yobou@mail.tains.tohoku.ac.jp

《事務局》仙台市健康福祉局 健康増進課

〒980-8671 仙台市青葉区国分町三丁目7番1号
TEL (022) 214-8198 FAX (022) 211-1915
E-mail: fuk005520@city.sendai.jp

歯と口の健康づくりネットワーク会議 制作

平成16年11月10日第一版