



奥富歯科医院からのお知らせ



6歳で注意すること

歯の数

この時期では、奥歯に永久歯が出てきたり前歯の乳歯がグラグラして抜けて永久歯が出てきます。歯が出てくるときに「痛い!」と訴えることがあります。また前歯の乳歯が抜けず横から永久歯が出てくるときもあります。引き続きお子さんのお口を観察しましょう。

むし歯予防

最初の永久歯が出てくる時期です。この歯は、これから何十年も使わなければなりません。虫歯予防のためにシーラント処置（歯の溝にプラスチックを入れてむし歯になりにくくします）を行うのが望ましいです。また、ハミガキを習慣化させる大事な時期でもあります。特に男の子は習慣化させるのが難しいようです。気をつけましょう。

家庭での療養

今後、12歳までは乳歯が抜けて永久歯が出てくることが繰り返されます。注意事項は顎の発育を促すことです。具体的には、頬杖などの悪習慣を正し、前歯を使った食事を与えます。食べ物については、硬い食べ物を与えるのではなく大きく、または長い食べ物にします。例えば、ジャガイモやニンジンなどは大きめに、筍やお肉などは千切りにします。このように調理すれば、前歯で噛み切り、奥歯で噛み砕くという自然な流れになります。これは、すごく大事なことです。硬いものを噛ませると歯が磨り減ってしまいます。磨り減った歯は残念ながら自然には戻りません。この自然な流れを守れば、歯と歯の間に隙間ができさらにはグラグラした乳歯が自然に脱落して順調な発育が観察されることでしょう。

