健康ガイド

歯の健康を守ろう！ ～歯医者さんに聞く！子どもの虫歯対策～ NO.6

虫歯にならないために最も大切なのが日々の歯磨きです。
「歯磨きを嫌がる」や「歯が小さすぎて磨きにくい」など解決法を、医療法人こたに歯科医院の小渓徹彦先生に伺いました。

歯学博士
小渓（こたに）徹彦先生
医療法人 こたに歯科医院

【先生からのアドバイス】
毎日の歯磨きは子どもの健康な歯を維持するためには欠かせないものです。
子どもが進んで歯磨きをするコツを掴みましょう！

Q.子どもが歯磨きを嫌がります。嫌がらない方法は？

子どもは、色々なことが理由で、歯磨きを嫌がります。子どもに合った歯磨きで、歯磨き好きな子どもにしましょう。

子どもが歯磨きを嫌がる理由を知り、解決方法をみていこう！

●口の中に歯ブラシが入るのが気持ち悪い

理由 子どもにとっては、歯ブラシを口に入れることに対してまだ慣れていないので強い違和感を感じることがあります。

解決方法 口に入れても抵抗感が少なく、噛んでしまっても大丈夫な赤ちゃん用の歯ブラシで磨いてあげましょう。

●子どもは歯磨き粉を嫌がる

理由 「歯磨き粉の味が合わない」ことが挙げられます。

解決方法 使い始める前に、舌手な味かどうか確かめてみましょう。子ども用にはフルーツ味が定番で人気。歯磨き粉の泡が苦手な場合は、ジェルタイプを選んであげましょう！

●ずっと口を開けていることが苦痛

理由 口をあけて歯磨きをしますが、たまってしまう唾を子どもはうまく処理できません。

解決方法 唾がたまると子どもは苦痛を感じてしまうので、唾がたまったタイミングをみて、吐き出すようにしてあげましょう。

ポイント 歯ブラシの選び方を知ろう！

●子どもの歯茎は敏感▶歯茎に歯ブラシが当たると、子どもは嫌がります。歯の根元は柔らかい歯ブラシを使い、優しく磨いてあげましょう。

●歯磨き用の歯ブラシと仕上げ用の歯ブラシを分けよう
▶歯医者さんの器具と同じ15度ナナメネックのものや、毛先が長くなっているものが磨きやすいです。

産後1ヶ月から1年以内の方
今がチャンス！
産後骨盤矯正

お子様とご一緒での来院が可能です!!
託児があって、安心して施術を受けられますよ！

少しでも早く出産前のプロポーションに戻そう！
67%OFF
今なら！ 6,000円（税別）▶ 1,980円（税別）
※別途初見料がかかります。※mamaネットをご持参ください。
※有効期限平成30年10月末日まで。お一人様1回限り

痛くない！ 特殊ベッドで骨盤の歪みを調節し矯正！

このようなお悩みはありませんか？
☑腰や股関節に痛みがある
☑元のプロポーションに戻らない
☑太りやすくなった
など

実績多数 ～当院が選ばれる理由～
・施術する先生は全員資格保持者
・過去に数百名もの骨盤美人が続出
・女性スタッフもいるので子守も安心
・託児スタッフ在籍で安心
・妊娠中からのケアも可能
・ひよこクラブ掲載実績あり
・便う器具は全て医療用
・エキテン口コミ1位獲得（松山店）
参考：松山市駅前駅×接骨・整骨部門 2014年10月時点

ココロも、カラダも、健幸に。
NOBIAS
ノビアス今治整体院
ノビアスグループ
ノビアス 松山整体院　ノビアス 骨盤整体院
☎0898-25-1235

受付時間…（平日）9:00～13:00
16:00～20:00
（土）9:00～13:00
定休日…日・祝日
住所…今治市常盤町8-1-10
トキワレジデンス1F