

お母さん・お父さんが気をつけること

これから生まれてくる赤ちゃんのために

「歯の健康教室」は、スマートフォンでもご覧いただけます。



生まれたばかりの赤ちゃんの口の中は、とてもきれいで、ムシ歯の原因となる「ムシ歯菌」(ミュータンス菌)などはいないと言われています。

ムシ歯菌は、お母さんやお父さんが(赤ちゃんに)離乳食を食べさせる時に、熱いものをフーフーして冷ましたり、(赤ちゃんの食べ物を)スプーンですくって、ちょっと味見したりする時の唾液を介して赤ちゃんの口の中にうつってしまいます。赤ちゃんの生えだての乳歯は、軟らかくて未成熟なために、ムシ歯菌が感染しやすいのです。お母さんやお父さんの口の中にムシ歯があったら、早い時期に(赤ちゃんに)ムシ歯菌が感染して住みついてしまう危険性も高くなります。

赤ちゃんをムシ歯菌から守るには？

赤ちゃんにムシ歯菌がうつりやすい時期は、生後1歳6ヶ月～2歳6ヶ月くらいで、(その時期に)「その後、ムシ歯になりやすいか、なりにくいかな」が決まるという研究発表もあります。そこで、日頃からお母さんやお父さんに気をつけていただきたいことは、

- お母さん・お父さんは、ムシ歯の治療とクリーニングで、いつも清潔な口の環境を保つ。
- お子さんと同じ箸やスプーンを使わない。また、(食べ物の)噛み与えをしない。
- 砂糖の入ったおやつ・飲み物を控える。
- キシリトールなど、ムシ歯菌を減らすアプローチをする。

そして、小さい頃から歯科医院に慣れていただく意味も含めて、この時期から歯科医院でのフッ素塗布を開始することや、(赤ちゃんの)口の状態に合ったケアの指導を受けていただくことをおすすめします。

日々の家事や子育てで忙しいお母さんやお父さんに、上記のすべてを行っていただくことは難しいかと思しますので、まずはお母さん・お父さんに「どうして虫歯になるのか？」をしっかりと知ってもらって、できるところから少しずつトライしていただければと思います。

