

# 0000 歯のおたより

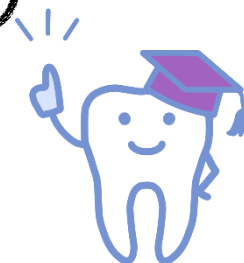
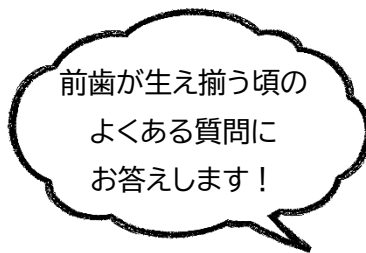


No.4



**Q.おしゃぶりの使用はいつまで大丈夫？**  
**A.2歳頃までに卒業を目指しましょう**

奥歯のかみ合わせができた後は、歯ならび・かみ合わせへの影響や、唇や舌の使い方の問題が生じやすくなります。1歳半頃からやめる準備を始めて、2歳過ぎにはやめられると理想的です。



**Q. フッ素はいつから使用したらいい？**  
**A.歯が生え始めたら**

フッ素には歯を丈夫にしたり、むし歯菌を抑制する作用があります。「フッ素配合ジェル」を歯に塗る方法であればうがいのできないうちから使用できます。



**Q. 歯に白い線が。これって何ですか？**  
**A.初期むし歯かもしれません**

白斑(はくはん)といい、唾液による自浄作用が低い上の前歯に多く見られます。適切な治療により、再石灰化して、もとのような歯に戻る可能性があります。早めに歯医者さんに相談しましょう。

## 子どもの歯ぎしり、大丈夫？

歯ぎしりとは、無意識のうちに上下の歯をかみ合わせたり、かみしめたりして動かしている現象です。

子どもの歯ぎしりは、成長に伴うかみ合わせのずれを、脳が修正しようとして起こる生理的なもので、上下の歯が生える生後8ヶ月頃からよく見られます。

上下の噛み合わせが整うと自然と治まってくるので、成長過程として見守りましょう。



ごくまれに、歯ぎしりによって歯がグラグラしたり、すり減ってしまう場合があります。

中学生くらいまでの歯ぎしりは心配がない場合がほとんどですが、歯ぎしりの原因は様々です。

心配な場合は歯科医に相談しましょう。

