

子どもが成長したら知っておきたい

8つのこと

学童期の子ども歯のために



和歌山県歯科医師会

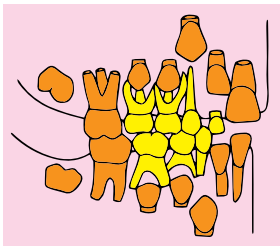
このパンフレットは、
小学生の口の中の問題点について述べています。
お子さんと一緒に見ていきましょう。



1

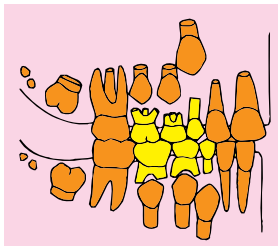
乳歯が抜けて永久歯へ変わります

小学生の時期は乳歯が抜けて永久歯に生え換わります。同時に顎の骨も成長していくので、正しい噛み合わせや歯並びを作っていく重要な時期となります。歯の生え换わりは個人差が多く、萌出時期に1年前後のずれはよく見られます。後から生えてくる永久歯が無いことや、埋まっている場合がありますので、レントゲン写真などで確認してもらいましょう。乳歯が抜けた後、永久歯が生えるまで噛みにくい状態が続きますので、食べ物の形を工夫して、早食い・丸飲みを避けるようにしましょう。

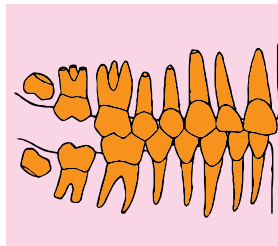


▲7歳頃

■ 乳歯
■ 永久歯



▲9歳頃

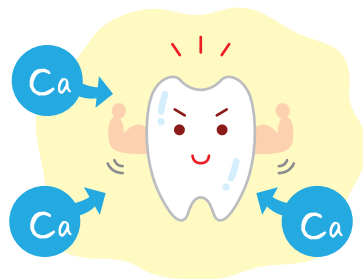


▲12歳頃 (Schour&Massler)

2

生えたての永久歯はむし歯にかかりやすい

歯は、生えた直後が最もむし歯にかかりやすい時期です。生えた歯は唾液に触れながら唾液中のカルシウムを歯が取り込み、歯質を強化し、徐々にむし歯にかかりにくくなっていきます。この期間は2～4年とされていますので、この期間の歯磨きや、甘いお菓子・飲料などには十分に注意をする必要があります。



3

生えたての永久歯にフッ素は効果的

フッ素は歯を丈夫にし、むし歯になりにくくします。特に、生えたての歯にフッ素を作用させると、唾液中のカルシウムを取り込みやすくなることにより、歯の質が良くなり、いっそうむし歯にかかりにくい歯になります。フッ素を歯に作用させるには、

- ① 歯科医院で歯に塗ってもらう
- ② 歯科医院でフッ素のうがい薬を処方してもらう
- ③ フッ素入りの歯磨き剤やペーストを使う

などがあります。

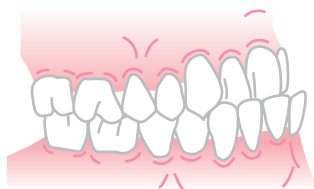
一番手軽にできるのはフッ素入りの歯磨き剤やペーストで、効果が高いのはうがい薬です。しかし、フッ素を使ったからといって安心して、手抜き歯磨きやお菓子ばかり食べるのは厳禁です。



歯は生えてから抜け落ちるまで歯の大きさに変化はほとんどありません。小学校低学年で乳歯が抜けて永久歯にかわるととても大きく見えたり、一時的に歯並びが乱れたりします。ほとんどの場合は、年齢とともに顎の骨が成長してくるため顎の大きさと歯の大きさのバランスが取れ、きれいな歯並びになります。しかし、歯や顎の大きさのバランスがくずれると歯並びが乱れます。

■ 反対咬合

下顎の歯が上顎の歯より前方に出ている状態を「反対咬合」(受け口)と言います。上の顎の大きさに対して下の顎が大きすぎたり、上と下の顎の大きさのバランスは取れているが、前歯の位置や傾きが逆転していることが原因で発生します。審美的な課題が生じるだけでなく、噛む能力の低下や顎関節症の原因となることもあります。



▲反対咬合

■ 叢生

隣同士の歯がお互いに重なり合っているいわゆる「乱ぐい歯」です。歯の大きさに対して顎が小さいと歯がきれいに並ばずに生じます。歯磨きがしにくいので、歯と歯の間にむし歯ができやすく、歯肉炎の危険因子にもなるために注意が必要です。



▲叢生

■ その他

他にも、上顎前突、開咬、過蓋咬合、交叉咬合、鉤状咬合などがありますが、たとえ1本であっても、食べる機能や言語機能に影響を及ぼすことがあります。



5

歯周病の始まりは小学生から

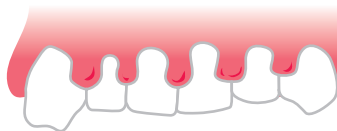
歯周病は、歯の周りにある歯肉や骨などに起こる病気の総称です。歯周病は大人の病気のイメージがありますが、歯周病の始まりである「歯肉炎」は幼児期からみられ、小学生の約半数が歯肉炎にかかっていると言われていています。歯肉炎は痛みがほとんどないので放置されやすく、「歯ぐきがむず痒い」「歯磨きをすると血が出る」などの自覚症状で気付くことが多いです。主な歯肉炎の原因は、歯垢や歯石ですので、歯垢は歯と歯ぐきの境目をていねいに磨いて落とし、歯石は歯科医院で除去してもらうことにより、歯肉炎は改善することができます。



▲歯肉炎(11歳男子)



▲健康な歯肉(引き締まっている)



▲歯肉炎(ぶよぶよ腫れている)

6

小学校の歯科健康診断

小学校では年1回、新学期が始まってから早い時期に歯科健康診断を行うことが義務づけられています。

健康診断の項目は

- ① 顎顔面の異常:顔全体、唇・舌などの粘膜の異常など
- ② 顎関節:顎の動きや、顎関節の雑音、痛みなど
- ③ 歯列・咬合:歯ならびや、かみ合わせなど
- ④ 歯垢の付着状態:歯垢などの歯の汚れの状態
- ⑤ 歯肉の状態:歯肉炎、歯石の付着状態など
- ⑥ 歯の状態:歯の萌出、むし歯、むし歯の治療の状態など

があります。

学校からの健康診断の結果通知で治療等が必要となった場合は、なるべく早く歯科医院を受診しましょう。長く放置しているとネグレクト(育児放棄)と判断されることもあります。



7

タバコは百害あって一利なし

近くにタバコを吸っている人がいると、タバコを吸っていない人もタバコの煙を吸うことになり、これを「受動喫煙」といいます。受動喫煙では、タバコの火のついているところから出ている煙(副流煙)を吸い込むこととなります。この煙は、タバコを吸っている人が吸い込んでいる煙(主流煙)より多くの有害物質が含まれています。子どもの近くでの多量の喫煙は、精神的・身体的虐待ともなり得ますので注意しましょう。



受動喫煙による歯肉の着色

(10歳女子 砂書房「たばこをやめよう」より引用)

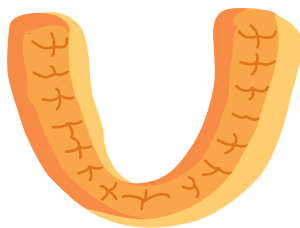


小学校の高学年になると大人への憧れから、タバコに興味を持つ傾向も時として見受けられます。タバコは、吸い始めると習慣となり、肺や心臓に悪い影響を与えます。また、発育の時期にタバコを吸うと大人以上に強い悪影響をおよぼします。特に保護者の方は子どもの前ではタバコを吸わないようにしましょう。

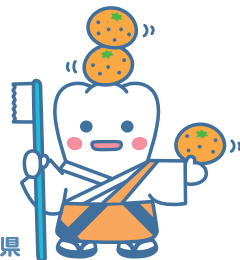
8

マウスガードを使いましょう

スポーツ中の転倒や衝突により歯が折れたり、抜けたりしてしまうと、その後の生活やスポーツ活動に大きな影響を与えることがあります。転倒や衝突が起こりやすいコンタクトスポーツを行うときは、歯や口の外傷を予防するために必ず「マウスガード」をしましょう。外傷により歯が折れたり、抜けたりした場合には、その歯を「歯の保存液」や「牛乳」に保存して急いで歯科医院を受診しましょう。



子育てに悩んだら、一人で抱え込まないで、相談してみましょう
こんなところが相談に乗ってくれます。



ご当地よ坊さん 和歌山県

保健機関等一覧

1. 市町村母子保健・児童福祉担当

市町村名	担当	所在地	電話番号
和歌山市	和歌山市保健所地域保健課	〒640-8137 和歌山市吹上5丁目2番15号	TEL.073-433-2261
海南市	子育て推進課	〒642-8501 海南市日方1525番地6	TEL.073-483-8430
橋本市	健康課	〒648-8585 橋本市東家1丁目1番1号	TEL.0736-33-6111
有田市	有田市保健センター	〒649-0304 有田市箕島27	TEL.0737-82-3223
御坊市	健康福祉課	〒644-8686 御坊市菌350	TEL.0738-23-5645
田辺市	保健福祉部子育て推進課(子ども家庭係)	〒646-0028 田辺市高雄1丁目23番1号	TEL.0739-26-4927
新宮市	保健センター	〒647-0081 新宮市新宮451	TEL.0735-23-4511
紀の川市	健康推進課	〒649-6492 紀の川市西大井338番地	TEL.0736-77-0829
岩出市	生活福祉部福祉課	〒649-6292 岩出市西野209	TEL.0736-62-2141(内線337)
紀美野町	保健福祉課	〒640-1121 海草郡紀美野町下佐々1408-4	TEL.073-489-9960
かつらぎ町	やすらぎ対策課衛生係	〒649-7192 伊都郡かつらぎ町丁ノ町2160	TEL.0736-22-2800
九度山町	住民課	〒648-0198 伊都郡九度山町九度山1190	TEL.0736-54-2019
高野町	健康推進課	〒648-0211 伊都郡高野町高野山636番地	TEL.0736-56-3000
湯浅町	健康福祉課	〒643-0004 有田郡湯浅町大字湯浅1055番地9	TEL.0737-64-1114
広川町	住民生活課	〒643-0071 有田郡広川町広1500	TEL.0737-63-1122(内線144)
有田川町	福祉課福祉係	〒643-0152 有田郡有田川町金屋3	TEL.0737-52-2111(代)
美浜町	健康福祉課	〒644-0044 日高郡美浜町大字和田1138-278	TEL.0738-23-4950
日高町	健康推進課	〒649-1213 日高郡日高町高家626	TEL.0738-63-3801
由良町	住民福祉課	〒649-1111 日高郡由良町大字里1220-1	TEL.0738-65-0201
印南町	住民福祉課保健センター	〒649-1528 日高郡印南町西ノ地1285	TEL.0738-43-8060
みなべ町	保健福祉課みなべ町保健福祉センター	〒645-0021 日高郡みなべ町東本庄100	TEL.0739-74-3337
日高川町	保健福祉課	〒649-1324 日高郡日高川町土生160番地	TEL.0738-22-9041
白浜町	民生課健康増進係	〒649-2211 西牟婁郡白浜町1447番地(白浜町中央保健センター)	TEL.0739-43-0178
上富田町	保健センター	〒649-2192 西牟婁郡上富田町朝来755-1	TEL.0739-47-5300
すさみ町	環境保健課	〒649-2621 西牟婁郡すさみ町周参見4089	TEL.0739-55-4803
那智勝浦	福祉課健康対策係	〒649-5392 東牟婁郡那智勝浦町大字築地7丁目1-1	TEL.0735-52-2934
太地町	住民福祉課	〒649-5171 東牟婁郡太地町大字太地3767-1	TEL.0735-59-2335
古座川町	住民福祉課	〒649-4104 東牟婁郡古座川町高池673-2	TEL.0735-72-0180(代)
北山村	住民福祉課	〒647-1603 東牟婁郡北山村大沼42	TEL.0735-49-2331
串本町	保健福祉課(串本町保健センター)	〒649-3503 東牟婁郡串本町串本2367	TEL.0735-62-6206

保健機関等一覧

2. 保健所

名称	所管区域	所在地	電話番号
和歌山市保健所	和歌山市	〒640-8137 和歌山市吹上5丁目2番15号	TEL.073-433-2261
岩出保健所	紀の川市、岩出市	〒649-6223 岩出市高塚209	TEL.0736-63-0100
橋本保健所	橋本市、かつらぎ町、 九度山町、高野町	〒649-7203 橋本市高野口町名古屋927	TEL.0736-42-3210
海南保健所	海南市、紀美野町	〒642-0022 海南市大野中939	TEL.073-482-0600
湯浅保健所	有田市、湯浅町、 広川町、有田川町	〒643-0004 湯浅町湯浅2355-1	TEL.0737-63-4111
御坊保健所	御坊市、美浜町、日高町 由良町、印南町、日高川町	〒644-0011 御坊市湯川町財部859-2	TEL.0738-22-3481
田辺保健所	みなべ町、田辺市、白浜町 上富田町、すさみ町	〒646-8580 田辺市朝日ヶ丘23-1	TEL.0739-22-1200
新宮保健所	新宮市、那智勝浦町、 太地町、北山村	〒647-8551 新宮市緑ヶ丘2-4-8	TEL.0735-22-8551
新宮保健所串本支所	串本町、古座川町	〒649-4122 串本町西向193	TEL.0735-72-0525

3. 児童相談所

名称	所在地	電話番号
子ども・女性・障害者相談センター (中央児童相談所)	〒641-0014 和歌山市毛見1437-218	TEL.073-445-5312
所管区域：和歌山市、海南市、橋本市、有田市、御坊市、 紀の川市、岩出市、海草郡、伊都郡、有田郡、日高郡(紀南児童相談所所轄を除く)		
紀南児童相談所	〒646-0062 田辺市明洋1-10-1	TEL.0739-22-1588
所管区域：田辺市、日高郡みなべ町、西牟婁郡		
紀南児童相談所新宮分室	〒647-8551 新宮市緑ヶ丘2-4-8 東牟婁総合庁舎内	TEL.0735-22-8551
所管区域：新宮市、東牟婁郡		

本パンフレットの作成については、「子育て支援対策臨時特例交付金」を活用しています。

制作・発行

社団法人 和歌山県歯科医師会

〒640-8287 和歌山市築港1丁目4-7

TEL.073-428-3411 FAX.073-431-2660

制作協力

明海大学歯学部社会健康科学講座

オレンジリボンには子ども虐待を防止するというメッセージが込められています。

