

とまこちゃん通信 VOL.13

2017年5月



☆ホームページみてね！☆：tomato-dc.com

とまと歯科クリニック

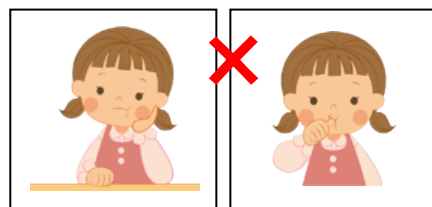
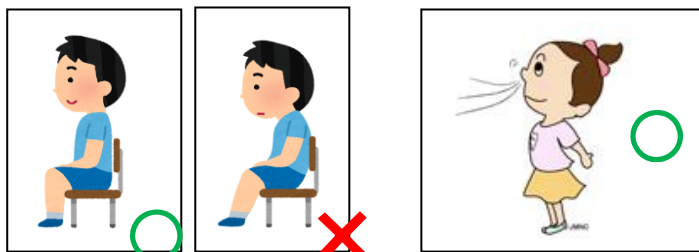
(又は「とまと歯科 託児」で検索)

☆今回のテーマ☆ 「どうして歯ならびの良い子と悪い子がいるの？」

大人の方から、このような質問を頂きました。これは、背が高い人もいれば低い人もいる、目の大きさも人によって違う、という事と同様と考えると、すべて遺伝だという事になります。しかしそれは間違いです。歯ならびを作る歯の数や形、大きさ、あごの骨などのパーツやその成長などは遺伝の影響を受けますが、その程度はそれぞれに異なります。よって結果的に歯並びは似るかもしれませんが、歯並びは20本の乳歯と、親知らずを除いた28本の永久歯の合計48本の歯が成長と共に動くために、さまざまなタイプができるので、体つきや歩き方がお父さんやお母さんにそっくりだね、という感じほどは似ないのです。

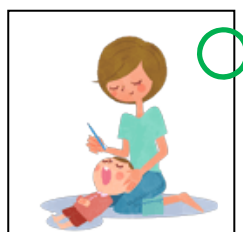
きれいな歯並びは、多くは生活習慣や歯の生えかわりによって育まれます。

- ◎姿勢を整える。
- ◎口を閉じて鼻で呼吸する。
- ◎奥歯でよく噛む。
- ◎口や舌の癖をつけない。
- ◎乳歯のむし歯を予防する。



などの規則正しい生活習慣が大切です。

お子様のお口の中に初めて歯が生え始めたその日から（厳密に言うと、お母さんが妊娠した時から）、歯並びをきれいに育むための生活習慣を身につけて、歯の生えかわりを見守りましょう。



★おしえて！とまこちゃん★

質問：どうして歯みがきをするの？

答え：歯みがきをする理由は2つあります。

- ① 歯の表面にネバネバした物質（酸）を出してしがみついている細菌の巣であるプラーク（歯垢）を除去するため
- ② 細菌の塊が原因で歯肉が赤く腫れ出血してしまう歯肉炎を防ぐため、です。



プラークが歯に付着したままになっていると酸が歯を溶かしむし歯になってしまいます。むし歯や歯肉炎に一度かかると元に戻す事はできません。そればかりか再発のリスクを背負い、最後には歯を失ってしまいます。歯を長く生かすためには、自宅でのセルフケア、そして歯科医院でのプロフェッショナルケア（定期的なメンテナンス）の両方が必要です。

プロフェッショナルケア（定期的なメンテナンス）では、歯ブラシだけでは取り除くことのできないバイオフィルム（細菌の膜）を除去することができます。

ご自宅でのセルフケアでは、自分の口腔内に合った歯ブラシ、歯間ブラシ、デンタルフロス（糸ようじ）、マウスウォッシュ（洗口剤）、フッ素等を使用することをおすすめします。使いたいけどどのようなものを使えばよいか分からない…という方は、スタッフにお尋ねくださいね。



今月の ぷちとまと

じゅんや
惇也くん（1歳8か月）

かんな
葉奈ちゃん（1歳9か月）

時々、お散歩カーに乗って「西部地域保険センター」の公園に遊びに行っています。見かけたらぜひ、声をかけて下さいね☆

※たくさん質問、ありがとうございます♪ 「おしえて！とまこちゃん」コーナーでは、歯やお口の中に関する質問を募集中です。順番にお答えするのでお待ちくださいね♪

☆待合室にある質問BOXに入れてね！！☆



とまと歯科クリニックの理念：地域の皆様のお口の健康を守り育てることに全力をつくし、より快適で幸せな人生のお手伝いをします。