

とまこちゃん通信 VOL.19

2017年11月



☆ホームページみてね! ☆ : tomato-dc.com

(又は「とまと歯科 託児」で検索)

とまと歯科クリニック

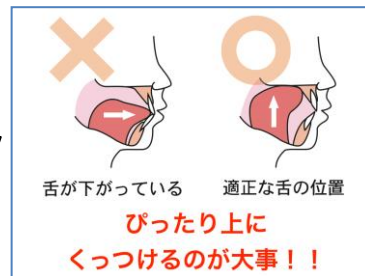
☆今回のテーマ☆ 『正しいお口の姿勢って!?!』

10月29日に、東京で行われた日本口腔育成学会の本年第2回目の研修会に参加してきました。今回のテーマは「成長発育期におけるバイオブロック療法への誘い」ということで、長崎県でご開業の末竹和彦先生が講師でいらっしゃいました。

先生のお話では、「現代は、昔より歯並びが悪い子どもが多い。これは必ずしも遺伝によるものではなく、むしろ後天的な原因によるものが多く、なかでも**お口の姿勢**が顔の成長発育に大きく関係している。」ということです。

正しいお口の姿勢とは、安静時に

- ① 舌が口蓋（上あご）^{こうがい} 接していること
- ② 上下の歯が軽く接触していること
- ③ 口唇（くちびる）^{こうしん} が閉鎖していること



の3つがきちんとできていることだそうです。

正しいお口の姿勢がとれていない、たとえばポカンとお口が開いていて口呼吸をしている子どもは一般的に筋力が弱いため、正常な顎顔面の成長発育が妨げられる。その結果、笑った時に歯ぐきが見えるお口であったり、ガタガタの八重歯、または出っ歯といった、美しいとはいえないお顔立ちに成長していく可能性があるのです。

ただし、その**正しいお口の姿勢**をとることは、5、6歳ですすでにお顔の成長発育にひずみなど問題がある場合、本人にとって非常に難しいことであるので、適切な時期を逃すことなく顎の成長発育を正しくサポートしてあげることが、その子どもの一生の健康と幸せにつながる、としめくられていて、またまた、歯医者という仕事に使命感ややりがいを感じ、感動したのでした。

院長 廣瀬 佐都子



かんな 葉奈ちゃん (2歳3か月)

じゅんや 惇也くん (2歳2か月)



今月の ぷちとまと



「なにをひろって
いるの??」
「り!!」

どんぐりでした☆

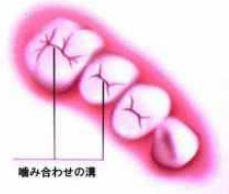
★おしえて!とまこちゃん★

質問：歯にゴミがたまりやすい所はどこ??

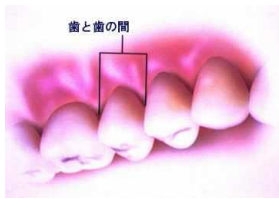
答え：歯みがきしにくく、歯垢（しこう）が付きやすい所です！

① 奥歯の噛み合わせの面

噛み合わせの面には溝があります。溝は複雑な形になっているため汚れがたまりやすく、また奥歯は歯ブラシが届きにくい部位です。



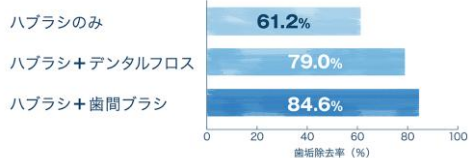
② 歯と歯の間



歯と歯の間は、歯ブラシだけでは十分に汚れを取りきれない部位です。歯や歯肉の状態に合わせて、歯間ブラシやデンタルフロスなどを使用する事も大切です！

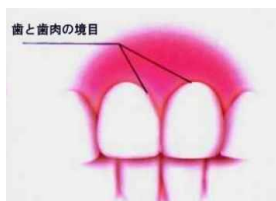
デンタルフロス		歯間ブラシ	
隙間が狭い部分に		隙間が広い部分に	
ホルダータイプ	ロールタイプ	L字型	I字型
F字タイプ	Y字タイプ		
前歯に使いやすい	前歯にも奥歯にも使いやすい		前歯に使いやすい

ハブラシと歯間クリーナーとの組み合わせによる歯間部の歯垢除去率



③ 歯と歯ぐきの境目

年齢とともに歯ぐきが下がってくると、汚れがたまりやすくなります。歯ブラシを歯と歯ぐきの境目に45度で当ててブラッシングすると汚れが落としやすくなりますよ。



☆歯みがきしにくい所は、歯垢が残りやすく「むし歯になりやすい」ところですよ！
むし歯になりやすいところを把握して、むし歯を未然に防ぎましょう！



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。