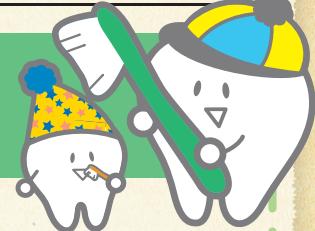


# Kamu Kamu News

カムカム・ニュース

2019. 03 vol.73

## 子どものお口の問題



今月号は、子どものお口の問題をテーマに  
小さなお子さんがいる当院の歯科衛生士に  
豆知識を聞いてみました！  
小さなお子様がいらっしゃる方の  
お口のケアの参考になれば幸いです。

### よく噛まない・丸飲みするのはなぜ起こる？

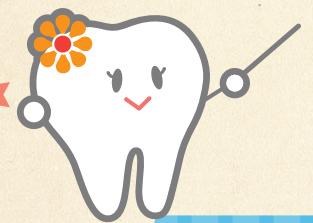
カムカムクラブで幼児期のお子様をお持ちのお母さんから  
子供がよく噛まない・お茶で流し込んでいる・丸飲みしているなどの  
食事の際のお悩みのご相談を多く受けます。

では、なぜ噛まなくなるのでしょうか？

まず、本当に『できない』機能的因子なのか

『できるけど、しない』意欲の問題なのか。

見分ける必要があります。



#### 噛まない丸飲みの原因と対策 その①



噛まずに丸飲みは、食事の形態が子供の成長に合っていない、いわゆる噛めない大人の食事を出していると  
いうことがないか確認が必要ですが、実は母乳や哺乳瓶が  
好きな子供ほど、多い傾向にあります。



歯科衛生士  
柳谷 真澄さん



なぜかというと、母乳は舌の中央から後方の学習を繰り返しているため  
舌の中央から先端の発育が悪くなり、  
『吸うようにして丸飲みする』『口の中の前方に食べ物が残る』  
などが起こります。

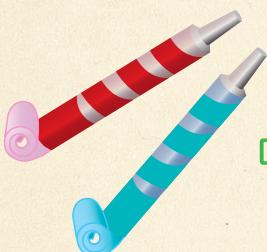
その場合は、前歯で咬み取ったり、口の中の入口の方を使う工夫を  
繰り返すことで、舌の前方部がしっかりと学習され、徐々に吸う  
ような動きが減っていき、丸飲みすることがなくなっています。

## よく噛まない原因と対策②

★ 噛む動作は、口腔機能の総合的な運動なので、単純に歯があれば  
よいのではなく、頬や舌も利用します。

おもちゃの楽器や笛などで、音が出せるか確認してみて下さい。

音が出ない場合、口腔機能が低下気味であると考えられます。  
昔ながらのおもちゃの笛は、お口周りや舌の筋肉を使うので  
口腔機能向上の効果が出ます。



このように、おもちゃの笛を使い、遊びの中で  
口腔機能のトレーニングをするのもオススメです！



そして噛めない原因というのは、食べ物の大きさや硬さの不調和に  
よっても大きく影響を受けます。

メニューやその日の体調によっても、左右されます。  
食事中、よく噛みなさいと繰り返し注意を受けることによるストレス  
によっても、噛まなくなることもあります。



子供が食事を楽しみながら、トレーニングができるよう、練習は  
おやつの時間や、間食の時に行うようにしてあげて下さいね。

# おくすりの中に含まれる糖分

だいぶ暖かくなってきましたね。

大流行したインフルエンザもおさまり、病院に行く機会も少なくなったと思いますが、まだまだ風邪には気をつけたいですね。



お子様が風邪をひいた時に、処方される子ども用シロップ。



自分も子どもの時に飲んで、甘くて美味しかったという記憶があります。

みなさんは、このシロップに砂糖がどれだけ入ってるかご存知ですか？

子供用シロップには、**高濃度の砂糖（ショ糖）**が入っています。

そして、**含まれている量**はなんと、  
清涼飲料水の**2～5倍**と言われています。

お子様が体調崩している時は、シロップを飲ませて  
早く休ませてあげたいですが  
これだけ砂糖が入ってると、**虫歯のリスク**が気になりますね。

シロップを飲んだ後、砂糖が口の中に長く留まる事で  
虫歯のリスクが上がってしまいます。

なので、**シロップを飲ませた後は、すぐ歯を磨いてあげる事がベスト**ですが、無理な場合は、**お水かお茶**を飲ませて  
あげましょう。

シロップを長期的に飲んでいて、虫歯が心配、という  
お子様もぜひ当院の**カムカムクラブ**  
で、**虫歯チェック**をしてみて  
くださいね！



歯科衛生士  
**中田 彩恵さん**

