

Kamu Kamu News

カムカム・ニュース

2019. 03 vol.73

こどものお口の問題

今月号は、こどものお口の問題をテーマに
小さなお子さんがあ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

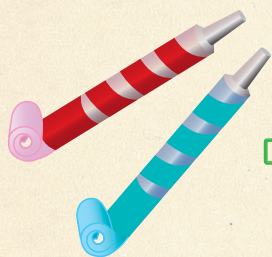
なぜかという、母乳は舌の中央から後方の学習を繰り返しているため
舌の中央から先端の発育が悪くなり、
『吸うようにして丸飲みする』『口の中の前方に食べ物が残る』
などが起こります。

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くます。

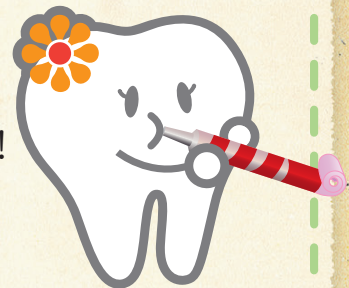
よく噛まない原因と対策②

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ください。

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
おやつ時間や、間食の時に行うようにしてあげてくださいね。



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**とされています。

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いると、**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！

お子様の
お口の問題など
ございましたら
お気軽にご相談
下さいね！

歯科衛生士

中田 彩恵さん

