

妊娠期教室資料

# 赤ちゃんの歯の健康



やっち

八千代市 子ども部  
母子保健課 歯科衛生士

令和2年7月 作成

# 赤ちゃんの歯がはえてきたら

生後6、7か月頃

歯がはえはじめます。

このころはまだ口の中を触られることに慣れていないので、歯ブラシ開始の前準備として歯の表面の汚れをガーゼで優しく拭うことから始めましょう。

※はえる時期には個人差があります。

## ガーゼでのお手入れ方法

少し湿らせた清潔なガーゼで  
歯の表面の汚れをやさしく  
拭きましょう。



# 前歯がはえそろったら

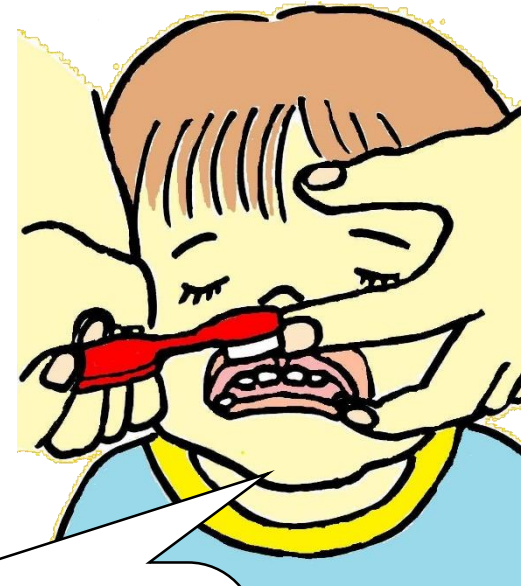
## 1歳頃

前歯がはえそろったら歯ブラシをはじめていきましょう。  
(前歯がはえそろう目安 上下4本ずつ)

※はえる時期には個人差があります。

## 赤ちゃんへの仕上げみがきの方法

座ったママの膝の上にあおむけに寝かせて、上の歯の表面と下の歯の表面に歯ブラシを軽くあてて、やさしくみがきましょう。



### ポイント

上の歯をみがいてあげるときは  
**上唇と歯ぐきをつなぐヒモに**  
歯ブラシが当たらないように  
指でガードしてみがきましょう

# 仕上げみがき用歯ブラシの 選び方のポイント

毛先

グリップ



- ・毛先の長さは短いものを選ぶ
- ・ブラシの硬さはふつうのものを選ぶ
- ・グリップは真っすぐで握りやすいものを選ぶ

# 赤ちゃんのむし歯予防にも フッ化物 を利用しましょう

## フッ化物の効果

- ① 歯の質を強くします
- ② 歯の表面(エナメル質)の再石灰化を助けます
- ③ むし歯菌たちの活動を弱めます

## 【利用方法】

フッ化物配合歯磨剤 歯みがき時にフッ素入り歯みがき剤を使用  
する方法

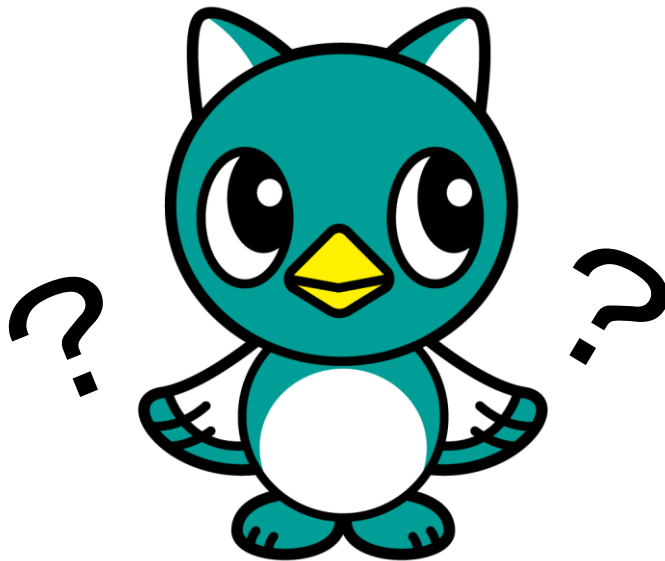
# うがいができない赤ちゃんの 歯みがき剤の正しい使い方

- ①うがいができない赤ちゃんにはフッ素濃度**500ppm**の歯みがき剤を選ぶ
- ②歯ブラシにつける量は毛先**3分の1**
- ③歯みがき後はティッシュでふき取る
- ④歯みがき後は**1時間**飲食を控える



# 仕上げみがきのこと、赤ちゃんの歯について お気軽に歯科衛生士に相談してください☆

乳児期のお子さんがあるママから寄せられるよくある相談をQ&Aで載せています。詳しくは  
やっちの歯っぴいスマイルページで検索



やっち

八千代市 子ども部  
母子保健課 歯科衛生士  
電話  
047(486)7250  
FAX  
047(482)9513