

(3) 乳歯がはえ始めたら 【6か月頃～】

◆ 哺乳びんむし歯に気をつけて

甘い飲みものを哺乳びんに入れて、長時間くわえさせておいたり、ダラダラと与えたりすると前歯が溶けたようなひどいむし歯になることがあります。

これは“哺乳びんむし歯”といい、上の前歯によく見られます。哺乳びんは少量ずつしか出てきませんので甘いもの（ジュース・乳酸菌飲料・スポーツ飲料等）を入れて与えると、その間口のなかは砂糖づけの状態です。これではむし歯を作るために哺乳びんを使っているようなものです。

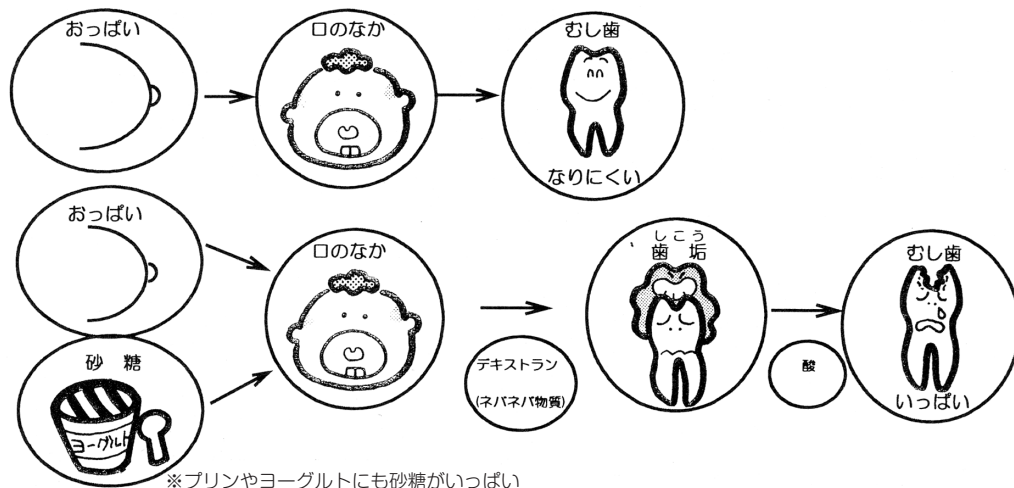
哺乳びんはミルクやお茶、湯ざましなど甘くないもの専用とし、8～9か月位になったらコップで飲む練習も始めてみましょう。そうして1歳のお誕生日を目安に哺乳びんは卒業しましょう。

◆ おっぱいはむし歯にならない！？

おっぱいだけを飲んでいるのであれば、むし歯にはなりにくいといわれます。

しかし、歯がはえてくる6か月頃は離乳食も始まり、おっぱい以外の食べものの摂取も増えてくる時期です。

おっぱいはミルクよりも飲む回数も時間も長いことから、間食として甘い食べものや飲みものを与えてしまうと、確実におっぱいのほうがむし歯にはなりやすくなります。



◆ 歯みがき

乳歯をむし歯から守るためにはお母さんの仕上げみがきは大切なことですが、その前に子どもに歯みがきへの関心を持たせることが大切です。



- * スプーンが持てたら歯ブラシを持たせてあげましょう。人まねをする時期です。親子一緒に歯みがきをし、歯ブラシを噛んだり、しゃぶったり…。歯ブラシに慣れさせましょう！！
※注意すること — 親の目の届くところで
- * 上下の前歯がはえてきたら、お母さんが指にガーゼを巻いて拭いたり軽くみがいてあげましょう。