



# よ坊さんだより

▼7▲

生えてすぐの歯が未熟なため弱く、また歯の溝もくつきりについて汚れがたまりやすいため、非常にむし歯になりやすいです。

一生使っていかなければならないこの永久歯である六歳臼歯(第一大臼歯)をむし歯から守るにはどのようなすればいいのでしょうか。

## むし歯予防のいろは

もちろん歯磨きが大切なことは言うまでもありません

んが、歯が生える過程で一時期、部分的に歯ぐきがかぶった状態になり、汚れがたまりやすく歯ぐきが炎症を起しやすい状態になります。ひどい場合にはうみ

がたまって腫れることもあります。そのような時にはいつもと同じように歯ブラシを当てると痛いですが、少し柔らかめの歯ブラシでやさしくブラッシングをするとか、うがいをよくすることによってできるだ

け汚れを取るようにはします。また、歯が生えている途中では、手前の歯との段差ができるため、上手に角度を与えて歯ブラシを入れないと、六歳臼歯に毛先が当たらず磨けていないことがよくあります。

予防策として、生えてすぐの歯のくつきりと深い溝には、シーラントと云って細かい溝をあらかじめ封鎖する方法があります。また、歯を強くするのにフッ素入りの歯磨き剤などを利用するのも有効な方法です。

ブラッシング方法やシーラント、フッ素のことなどについては、かかりつけの歯科医院にお問い合わせください。  
(京都府歯科医師会広報室 次長 石原宗和)  
\*「よ坊さん」は日本歯科医師会のイメージキャラクターです。

## 六歳臼歯が生えるころ②