



虫歯予防に奥歯のシーラントも！子どもたちにしている毎日のデンタルケア【産後太りこじらせ母日記 第47話】

7歳と4歳のやんちゃ兄弟を育児中のなーみんさんの記事をご紹介します
https://woman.excite.co.jp/article/child/rid_E1564460739299/より

私は幼少期の頃から虫歯が多く、いまでも詰め物だらけ。おまけに歯並びも悪いというコンプレックスの塊です。子どもには絶対にそうなってほしくない！という思いから日ごろから歯のケアには結構気をつけています。



■ハミガキ粉はフッ素が配合されたジェルタイプを使用

ハミガキ粉はフッ素が配合されたジェルタイプを使用しています。ペーストタイプも使用したことがあるのですが、子どもが歯磨きを嫌がるようになったことも…。



長男はもう小学生なので嫌がらないのですが、次男はまだちょっと抵抗がありそうなのでジェルタイプを使っています。

フッ素配合の歯磨き粉はゆすぎすぎが良くないらしく、ゆすぎは2回くらいにしています。また、子ども用の歯間ブラシも使用しています。毎日ではないのですが、1週間に2～3回程度、歯間ブラシを使って歯の隙間をお掃除するようにしています。本当は毎日使ったほうが良いんだと思いますが…（笑）

子どもも歯間ブラシがなぜか大好きで「やってやって！」と積極的です（笑）

■歯磨き後はキシリトールのタブレットを食べさせる

歯磨き後はキシリトールのタブレットを食べさせています。わが家では「歯磨きラムネ」という名で親しまれています（笑）いろいろな味があって、子どもたちに選ばせていますが、ブドウ味が人気です。



あとやはり一番なのは定期的に歯科検診に行くこと！

■奥歯の凸凹を埋めるシーラントをしている

虫歯予防として、奥歯の凸凹を埋めるシーラントを兄弟でしています。歯に詰め物をするので子どもによっては嫌がりますが、次男も4歳6か月でようやくシーラントができました！



しかし…！ 最近、小学校の歯科検診で長男に虫歯があることが発覚～！ショックです（涙）…

院長より：検診に来てもらっていても、虫歯ができることが確かにあります。それでも検診をして早めに見つけてあげることが大切だと思います。シーラントもはぜひしましょう！

SEPTEMBER 2019						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4 休診	5	6	7 17時まで
8	9	10	11 休診	12	13	14 17時まで
15	16	17	18	19	20	21 17時まで
22	23	24	25	26	27	28 17時まで
29	30	1	2 休診	3	4	5 17時まで

