

はは歯クラブだより



NO.130 長崎市鳴見台小学校
学校歯科医 行成 哲弘



こんにちは！  医療法人 **ゆきなり小児・矯正歯科**です。

5月末に歯科健診がありましたが、4年生、3年生、2年生の順で歯ぐきが腫れていたお子さんが多かったことが分かりました。上手にみがいているように見えても、まだまだ歯ブラシを細かく動かせていません。歯みがきはお子さんだけに任せきりになっていませんか？

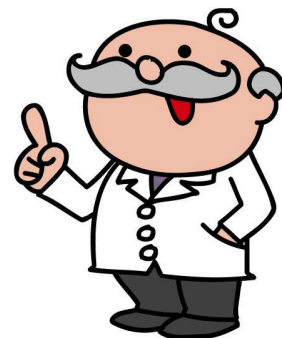
染め出し液は歯垢をひと目で分かるように色をつけるものです。

3年生までのお子さんは仕上げみがきのチェックに
4年生以上のお子さんは自分みがきのチェックに使います。
※自分みがきがメインになったら、「まなざしみがき」の時期です。



正しい歯みがきの仕方でも繰り返し練習をすると、上達も早くなります。
1度歯医者さんで習ってみてくださいね。

毎週染め出し液を使って練習していると、みがき癖があることに気づくはずですよ。
いつも赤く残っているところは苦手なところになるので、日頃から意識してみがくことでみがき癖を減らすことができます。



【夏休み中のフッ化物の利用について】
フッ素入りの歯磨き粉だけでは十分なむし歯予防はできません。
ミラノールやオラブリスのような洗口タイプのものや、950ppm以上の透明のジェルタイプのものをおすすめします。1日1回就寝前にフッ素洗口するか、ジェルタイプのものは歯ブラシに米粒大つけて全体的に塗布してください。

詳しくはホームページでご覧ください。「ゆきなり小児歯科」で検索すると簡単です。
＜文責：日本小児歯科学会認定歯科衛生士 池田友紀＞