



はは歯クラブだより



NO. 136



医療法人

ゆきなり小児・矯正歯科です。

こんにちは！

先日歯科健診が行われましたが、結果はいかがだったでしょうか？

みなさんお口を大きく開けて上手に診せてくれました。



全体の歯科健診の結果としては、きれいにみがけているお子さんが多かったように思います。

しかし中には、奥の歯に大きな穴が開いているお子さんや歯ぐきが腫れているお子さんもおり、きれいにみがけている子との差が大きくあるように感じました。

今の時期は1人で歯みがきができる年齢ではないので、必ず大人の方の『みがき直し』が必要です。

「みがき直し」のポイントとして

○寝かせみがきで、えんぴつ握りで歯ブラシを持つ

○歯に対して歯ブラシをまっすぐ当てる

○奥歯から順番に2本ずつを20回シャカシャカみがく

○歯ブラシが広がったら交換する

(広がっていなくても1日3回みがいて1カ月で交換の目安です)

また、フッ素を上手に使うということもむし歯予防の早道です。フッ素を利用することで歯の質を強くし、むし歯になりにくい歯を作ります。

年長さんは6月から、年中さんは9月から、幼稚園で始まりますので、ぜひ参加しましょう。



詳しくはホームページをご覧ください。

「ゆきなり」で検索すると簡単です。

＜文責：歯科衛生士 濱崎華果＞