



はは歯クラブだより



NO. 192

こんにちは！  医療法人 **ゆきなり小児・矯正歯科**です。

今回は患者さんからもよく質問を受ける、
歯ぎしりと指しゃぶりについてお話していきたいと思います。



歯ぎしり

夜中の歯ぎしりが気になったことはありませんか？
子どもは意外と歯ぎしりをします。歯並びなど特に
影響はなく、自然と治まることが多いようです。
歯ぎしりが続くと乳歯は擦り減り、右の写真のよう
に半分くらいの長さになることがあります。問題は
ありません。



指しゃぶり

指しゃぶりにもメリット、デメリットがあり、1～2歳の頃は精
神安定の効果があり、特別問題ありません。

3歳を過ぎても続く場合でも、徐々にでも頻度が減っていれば大
丈夫です。「3歳になったからやめようか、3歳のお兄ちゃん、
お姉ちゃんだもんね。」などと声をかけてみてくださいね。

また下の子ができた、幼稚園に通い始めたなど環境の変化により
指しゃぶりを再び始めることもあります。問題になるのは小学校に上がってもやめら
れない場合で歯並びや話し方にも影響が出てくる場合があります。心配な場合は小児
歯科専門医に相談されてみて下さい。



詳しくはホームページをご覧ください。

「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小児歯科専門医 行成哲弘>