



歯並び・はぎしり・ゆびしゃぶり

6月は歯科検診がありました。

今回は、子どもの歯並び・歯ぎしり・ゆびしゃぶりについて、
わかりやすくお知らせします。

1 こどもの歯並び

きになったら、まずは受診を！

こどもは3歳をすぎると、噛み合わせ
や歯並びの傾向が見えてきます。
治療が必要かどうかや始める時期は、
口の中の状態や年齢によって異なりま
す。
歯並びがきになったら、
早めに小児科医に相談しましょう。



2 こどもの歯ぎしり

心配しなくて大丈夫！

子どもの歯ぎしりは自然にみられることがあります

子どもの歯ぎしりは、成長の過程でみられることがあります。
多くは、かみ合わせの変化に順応するための自然な反
応で、治療が必要になることはほとんどありません。



相談が必要なとき

- 歯が強くすり減っている
- あごやはぐきに痛みがある
- 毎日続いて心配になる

3 こどものゆびしゃぶり

ゆびしゃぶりは子どもの健全な発達の1つです！

ゆびしゃぶりは、子どもの安心につながる仕草の1つで
す。
3歳頃までは、無理にやめさせようとせず様子をみまし
ょう。ただし、長時間続いたり、4歳を過ぎても頻繁にみ
られる時は、歯並びにも影響があります。

ゆびしゃぶりの影響

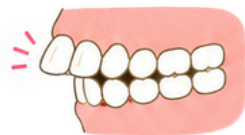
歯列狭窄

指を吸う力によって、
上顎の歯の並びが
狭くなる



上顎前突

かみ合わせがズレて、
上顎の前歯が
前に出やすくなる



開咬

前歯が
噛み合いにくくなる



うちでのかかわり

- 見つけたときは、より気持ちをべつのことに向けましょう
- 抱っこや声掛けで安心できるようにしましょう
- 眠る前のリラックスタイムを作りましょう
- 5歳頃になっても続くときは、小児歯科や小児科へ相談しましょう



気になることがあれば、かかりつけの歯科医院へご相談ください。

