

仕上げみがき はじめの一步

生後6か月頃になると、一般的に下の前歯が生えてきます。何でも柔軟に受け入れる早い時期に歯みがきの習慣をつけていきましょう

- ★ 日頃から体を使った親子のふれあいを取り、顔や口に触れられることに慣れさせておく
- ★ 寝かせみがきの姿勢を取り、まずは姿勢を保つ
- ★ ガーゼなどで歯をきれいにすることから始め、慣れてきたら歯ブラシを認識させ、ゆっくりと口に入れる
- ★ 歯ブラシを軽く動かす

最初は短時間の歯みがきで、慣れてきたら徐々に時間と回数を増やしていきましょう!!



むし歯予防のポイント

むし歯の主な要因は、「歯質」「糖分」「むし歯菌」の3つの輪の重なりにより「時間」が加わることで歯の表面が溶けむし歯になってしまいます。「フッ化物の利用」「規則正しい食週間」「正しい歯みがき」でむし歯を予防しましょう。

