

家族からの感染を防ごう



【問い】現在妊娠7カ月です。生まれてくる子どもが将来むし歯で苦労しないようにしたいのですが、まず注意するのはどのような点でしょうか。(長崎市、31歳女性)

【答え】むし歯はむし歯菌が糖を分解して酸を出し、歯の表面を溶かすことによって進行します。生まれてすぐの赤ちゃんにはむし歯菌はいませんが、歯が生えてくる生後6カ月前後を境にして、その後の周りの環境により感染します。

主な感染経路としては親として祖父母です。お母さんやご家族が使用している箸やスプーンをそのまま使って赤ちゃんに食事をあげたり、キスや熱い食べ物やフーフーして冷ましたりすることも感染のきっかけになり得ます。2歳半までが感染しやすい時期といわれているので、その間は特に注意が必要です。

しかし、これを常に気にするのは大変で、スキンシップ不足にもつながってしまいます。そのためご家族のお口をあらかじめ清潔に保つことにより、感染の時期を遅らせたり、影響を少なくしたりするということの方が効果的になります。また、むし歯菌が酸を出すために必要な糖分の摂取を抑えるのも効果があります。特にジュースや乳酸菌飲料、スポーツドリンクなどは多量の

糖分が含まれています。哺乳瓶などで長時間にわたり与えてしまうとそれだけ歯が糖に接する時間が長くなりむし歯になる恐れがありますので注意が必要です。

そして親によるブラッシングも大事です。乳歯もそうですが、生えてすぐの永久歯もむし歯になりやすいので仕上げ磨きをしたほうがいいでしょう。そのほかにはフッ化物(フッ素)配合の歯磨き剤を使用したり、歯磨きの後にフッ化物のスプレーを使用したりするの也不错いと思います。フッ化物には、むし歯菌が出す酸によって歯が溶けるのを抑えたり、溶けかけた歯の表面を強くする再石灰化を促進したりするなど、むし歯への抵抗力を高める働きがあります。

歯科医院に定期的に通ってフッ化物を塗布してもらってもいいでしょう。先生からお子さんの成長の時期に合わせた清掃などのアドバイスを受け、歯の健康を保ってください。

質問をどうぞ

歯と口の健康に関する質問を受け付けます。県歯科医師会の先生方が回答します(直接本人に回答はしません)。症状などを分かりやすくまとめ、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を明記し、〒85521-8601、長崎市茂里町3の1、長崎新聞社生活文化部「お口の相談室」係に送ってください。県歯科医師会のホームページは「8020ながさき」で検索できますので参考にしてください。

赤ちゃんのむし歯対策

回答者 県歯科医師会
医療情報委員会