

永久歯に替わるまでに

お口の



子どもに指しゃぶりが現われることもあります。比較的多いのは幼児期の頑固な指しゃぶりが単なる癖として残っているという説です。

【答え】指しゃぶりをすると歯並びが悪くなるのではと心配し、歯科に相談される保護者が増えているようです。赤ちゃんの指しゃぶりはほえましく、かわいいものです。

1〜2歳では吸う本能があり、ごく普通に見られる風景です。歯科医の立場では、歯並びやかみ合わせに影響を受けないように、「4歳半から5歳を過ぎたらやめた方がよい」と話します。

それは、永久前歯の生え替わりまで持ち越さないということ。遅くとも、永久前歯が萌出（ほうしゅつ）している小学校低学年で指しゃぶりをしている場合は、やめさせましょう。

指しゃぶりは欲求不満や人工業、育児環境、学習した単なる癖として残っているなどさまざまな説があります。家庭環境、ストレスなどによ

り子どもに指しゃぶりが現われることもあります。比較的多いのは幼児期の頑固な指しゃぶりが単なる癖として残っているという説です。指しゃぶりを放っておくと出っ歯になったり上下の前歯の間に隙間が空いたり、上下の奥歯が横にずれてかみ合わせがおかしくなったりします。このような咬合（こうごう）の異常により舌癖、口呼吸、構音障害が起りやすくなります。

小学校に入学してもやめない子もいます。やめさせるために指に苦いものを塗ったり、爪にかわいい絵を描いたりして納得させる方法を取ることもあります。

家庭では子どもの生活リズムを整え、外遊びや運動をさせてエネルギーを十分に発散させたり、就寝時に子どもの手を握ったり、絵本を読んだりあげたりして心身をリラックスさせることも有効と考えられます。

質問をどうぞ

お子さんの年齢にもよりますが、一度かかりつけの歯科医院に相談されてみてください。

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、〒8052-8601、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「80020ながさき」で検索できますので参考にしてください。

指しゃぶり やめる時期

回答者

丸屋 敬太郎
平戸市木引町
丸屋けいたろう
歯科クリニック院長

