

小児の予防歯科

ドクターに聞きました /

自分の子どもには虫歯になってほしくない親なら誰もが願うことでしょう。そのため大切なのが予防歯科。ただ、何歳になったら歯科を受診すればいいのかよくわからないと悩んでいる人も多いかもしれません。そこで小児の予防歯科について詳しく教えてもらいました。



片山 裕基院長

医療法人社団マハロ会

LeaLea 歯科矯正歯科クリニック

けやき通り沿いに2020年9月開業。ユニット17台、歯科医師や歯科衛生士、保育士などスタッフ40人以上の大規模な歯科クリニック。院内にはハワイのリゾート感覚と子どもが喜ぶ楽しい仕掛けが満載。2階の小児歯科フロアには広いキッズスペースも。海の中にいるようなキッズユニットでは虫歯予防処置や歯磨き指導を行う。成人の歯周病やドライマウス、口臭の悩みなど幅広く対応。

八潮市中央 1-29-6
048-998-7821

LINK P188

STEP 4



ホームケアの方法や食事について指導される

ブラッシングや仕上げ磨きのコツ、間食の取り方などの指導を受ける。3カ月に1回程度の定期的な予防処置やチェックで、虫歯や歯列の乱れなどの早期発見も期待できるという。

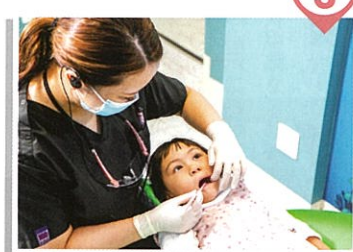
レポートを終えて /

0歳の頃からの予防歯科開始は、子どもが将来痛い思いをしなくて済むことにつながると改めて気づきました。歯科は痛い、怖い場所という概念はもう古く、同院のように「歯科は予防のための楽しい場所」という次世代の概念が生まれつつあるそうです。

ドクターからのアドバイス

虫歯予防のために、間食の時間など生活のルールづくりも大切です。わが子を甘やかしてしまう気持ちもわかりますが、痛い思いをするのはお子さんなのです。また、保護者の方はお子さんの口にもっと関心を寄せていただきたいですね。定期的な口腔チェックは、虫歯や歯列の乱れなどの早期発見につながります。

STEP 3



フッ素塗布、シーラントなど虫歯予防の処置

口腔内のクリーニングを受けた後、歯の石灰化を促すフッ素塗布が実施される。さらに虫歯になりやすい奥歯の溝にプラスチック樹脂を埋めるシーラントが行われる。

STEP 2



口腔内のチェック

虫歯の有無、歯列の乱れ、噛み合わせなどを確認する。虫歯がある場合は詳しく調べて治療計画を決定。歯科に慣れていない子どもはトレーニングを受けてから治療に進む。

START

実際の流れを紹介

STEP 1



予防について説明

小児の予防歯科について説明を受ける。まずはフッ素塗布やシーラントなどクリニックで行うケアと、自宅でのケア、これら両方の重要性について知ることからスタート。

大人の予防歯科

ドクターに聞きました /

日本の成人の約8割が罹患しているといわれる歯周病をはじめ、歯科疾患は進行すると歯が抜け落ちてしまうことも。そんな事態に陥らないために実践したいのが予防歯科です。最近ではよく聞くようになりましたが、クリニックでは実際にどんなことをするのか、詳しく聞きました。



上村 優介院長

医療法人社団マハロ会

かみむら歯科矯正歯科クリニック

ユニット16台、歯科医師や歯科衛生士、保育士などスタッフ総勢50人以上を擁する大規模なクリニック。歯周病、口腔外科、ドライマウスなど各分野を専門とする歯科医師によってさまざまな口腔トラブルに対応するとともに、予防歯科にも注力する。7室あるメンテナンス専用ルームでは、歯科衛生士が丁寧なPMTCやホームケア指導を行い、口腔環境の改善・維持に努めている。

越谷市相模町 3-246-1
048-988-1182

LINK P186

STEP 4



歯磨きやホームケアの指導

歯の裏側や奥歯の頬側など磨き残しがある箇所の磨き方、力の入れ具合、歯ブラシの持ち方や動かし方、デンタルフロスの使い方など、自宅でのセルフケアを指導される。

STEP 3



歯科衛生士による丁寧なクリーニング

歯科衛生士が歯周ポケットの深さや歯茎の状態をチェック。歯石がたまっている場合は除去され、PMTCが行われる。染め出しによって磨けていない部分も指摘される。

STEP 1



問診での主訴の聞き取り後虫歯や歯周病の概要を説明

主訴や全身疾患の有無、服用薬の有無などについての問診後、歯科医師が再度詳細にヒアリング。その後、虫歯や歯周病についての説明もなされる。

STEP 2



虫歯・歯周病を検査状態に応じて治療を受ける

パノラマエックス線撮影などで、虫歯の有無や歯周病の進行度を検査。検査結果をもとに、個々の状態について説明を受ける。必要であれば、虫歯や歯周病の治療を進められる。

レポートを終えて /

歯周病など歯を失うリスクがある疾患の予防や進行抑制には、定期的な通院が大事なのです。予防歯科に注力する同院のように、メンテナンス専用ルームがあったり歯科衛生士が多く在籍していたりする歯科医院であれば、充実した診療が受けられそうだと感じました。

ドクターからのアドバイス

歯周病のメカニズムをきちんと理解している人はまだ少ないようです。最近では高校生でも歯石がたまり、歯肉が赤く腫れているケースが多く見受けられます。歯周病は本人が気づかぬまま進行するので要注意。重症化を予防するためにもエステに通うような感覚で通院し、定期的なチェックを受けてほしいですね。

検査＆治療にまつわるQ&A

Q 予防歯科の概要について教えてください。

定期的に検査やクリーニングを受け、歯を守っていくことが予防歯科の意義です。歯科治療は怖い、苦手という人も多いですが、それは虫歯や歯周病が進行してから治療することが要因の一つでしょう。病気が進行して歯を失った後、入れ歯やインプラントなどの治療が必要になります。そうした事態を避けるために予防歯科が有効です。定期的なメンテナンスが大切なので、楽しみながら通うことが継続につながると思います。

Q 歯と全身の健康とは何連が関係するのでしょうか？

口腔内環境と全身の健康には深い関係があります。例えば糖尿病の場合、歯周病が重症化すると血糖コントロールが悪くなり、逆に歯周病を治療すると血糖コントロールが改善するという相関関係があるとされます。そのほか、心臓病や認知症と関連があるとも。また、歯周病によって低出生体重児や早産のリスクが高まるともいわれています。さらに高齢者では、口腔内の細菌によって誤嚥性肺炎が引き起こされることも多いのです。

検査＆治療にまつわるQ&A

Q 何歳頃から歯科医院を受診すべきですか？

最初の乳歯が生えてきた頃、6〜9カ月頃から受診すると良いでしょう。クリニックで行うフッ素塗布やシーラント、ブラッシング指導などの予防ケアと、各家庭で行う仕上げ磨きなどのホームケア、この両方をしっかり行うことで小児の口腔環境の維持が図れます。1歳半から3歳くらいまでは虫歯菌が定着しやすい時期ですので注意が必要です。虫歯菌は周りの人から感染しますので、家族全員の口腔環境を整えることも大切です。

Q 歯科嫌いの子どもの場合、どんなクリニックを選ぶべきですか？

無理やり治療を始めるのではなく、まず歯科に慣れるようトレーニングを数回行うクリニックがお勧めです。どんな器具をどのように使うのか優しく説明したり、実際に器具を口から遠い場所に当てて感触に慣れてもらったりするなど、さまざまな方法があります。治療では、なるべく痛くないよう工夫を凝らすクリニックであることもポイントです。お子さんに治療でつらい思いをさせないために小さい頃から予防処置を継続しましょう。