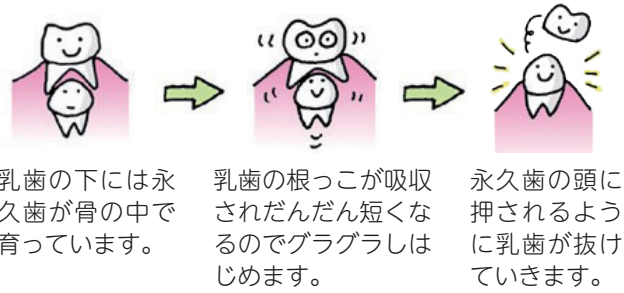


## 乳歯のむし歯を放置したらどうなるの？

「どうせ乳歯は生え変わるから」と考えていませんか？乳歯がむし歯だと生え変わりの仕組みがうまくいかず別な位置に永久歯が生えて歯並びやかみ合わせが悪くなります。乳歯は、永久歯を正しい位置に導くためにとても大切な役割があるのです。

### 乳歯から永久歯への正常な生え変わり

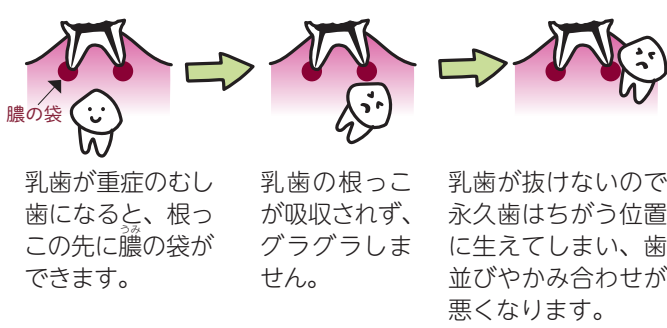


## 永久歯もむし歯を放置してはいけない

むし歯を放置すると身体に数多くの影響があります。

- ・痛みがひどくなる
- ・食べ物が噛めない
- ・食べ物の好き嫌い
- ・栄養不足
- ・発育成長に悪影響
- ・歯並びが悪くなる
- ・かみ合わせが悪くなる
- ・顔かたちのバランスが悪くなる
- ・発音障害・消極的になる
- ・歯磨きにくい
- ・歯周病
- ・口臭がひどくなる
- ・体のバランスに悪影響
- ・頭痛
- ・肩こり
- ・集中力の低下 など

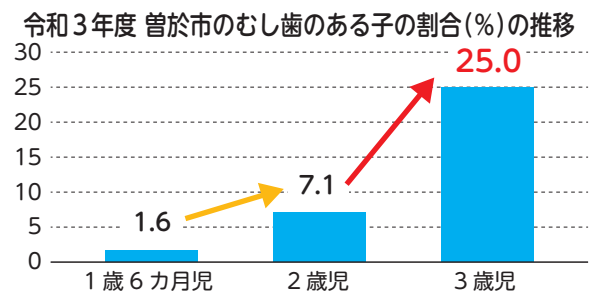
### 乳歯がむし歯だった場合の生え変わり



# 「歯と口の健康週間」特集

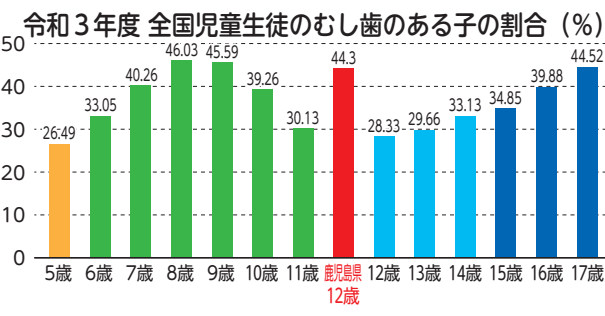
## 子どもの歯を守るには

グラフ1



**3歳児のむし歯急増!!**  
歯は人の健康に重要な役割を果たしています。歯の大切さを子どもに伝えられていきますか？子どもは生後6〜7カ月ごろから子ども歯（乳歯）が生え始め、3歳ごろには全部で20本の歯が生えそろいます。グラフ1は、令和3年度に曾於市で行われた3歳児健診でむし歯のある子の割合を示しています。

グラフ2



**年齢とともにむし歯も増加**  
グラフ2は、令和3年度全国児童生徒のむし歯のある子の割合を示しています。1歳6カ月児の時にはむし歯のある子が1.6%でしたが、2歳児健診では7.1%に増え3歳児健診では25%に急増しています。3歳児の4人に1人がむし歯をもっていることになり、この割合は県内市町村のなかでワースト10位に迫る勢いになっています。

5歳は乳歯のむし歯です。6歳頃に大人の歯（永久歯）が生え始めるので、乳歯のむし歯と生えたらばかりの永久歯のむし歯が増加していくことが分かります。9歳から12歳にかけてむし歯が減少しているのは、乳歯のむし歯が抜けるからです。ところが、すべて永久歯になってからもむし歯は増加し続けます。そして鹿児島県の12歳の時点で、全国の17歳のむし歯保有率とほぼ同じ値を示しています。むし歯は一度できると自然に治ることはありません。むし歯は親から子へむし歯菌がうつることから始まる感染症です。その後食事やおやつ、食べ物、お口の手入れなど生活習慣によってできる病気です。世の中には全くむし歯がない人もいますが、多くの人がむし歯の経験があります。むし歯の特徴は、風邪などの感染症と違い、薬やからだの免疫力では治らないということです。

**むし歯の原因は歯垢です。**  
歯垢は食べかすではなく細菌のかたまりです。歯垢1ミリグラム（耳かき一杯くらい）におおよそ300種類、1億個もの細菌が存在しています。細菌にはむし歯菌や歯周病菌、生きた細菌だけでなく細菌の死骸も存在しています。それらは生活習慣（食べ方や清掃）によって増殖し、病気を引き起こすこととなります。

くる酸によって歯の表面が溶かされることから始まります。初期には痛みはありませんが、奥まで進行していき、やがては歯の神経まで侵され、激痛をとまらなくなってしまう。その後は歯の神経が死んで歯の根の先に炎症の袋ができます。その炎症の物質は、口の中だけにおさまらず血管から血流にのって全身に感染しあらゆる病気を引き起こすと言われています。

## 保護者が子どもの歯に関心を持つこと

「子どものむし歯の状況は私が開業した1986年の頃は子どものむし歯がとて多く、夏休みの午前中は子どもの治療をする時間になっていました。その頃と比べるとむし歯になる子どもの数は減っています。が、歯の状態の良い子どもと悪い子どもの差が広がっています。これは子どもの歯に対して関心が高い保護者と、関心の低い保護者と

二極化になっているためです。まずは保護者が関心を持つ、子どもの歯磨きをすることが重要です。

「むし歯予防のためにどうするか」  
寝る前に歯磨き・うがい・フロス（歯と歯の間を清掃する糸状の用具）を必ずすること、これがとても大切です。嫌がっても保護者が必ず毎日歯磨きをしてあげて、子

「あごを発達させて綺麗な歯並びに」  
近年ではあごが小さい子どもが多いですが、あごが小さいと歯が並ぶペースが少ないため歯並びが悪くなります。3歳になると食べ物の種類が増えてきます。食べたものを自分で選んだり、人がくれたりしますが、食事はあごの発達に大きな影響を与えています。柔らかいものや飲み込みやすい食べ物など噛む回数が少ないと発達が鈍くなり、あごが小さくなる場合があります。歯ごたえがあるものを食べてあごを発達させることが綺麗な歯並びには大切です。



関歯科クリニック  
院長 関 正広先生

