



はは歯クラブだより



NO. 69 長崎市鳴見台小学校
学校歯科医 行成 哲弘



医療法人

ゆきなり小児・矯正歯科

こんにちは！

みなさん、「^{たいへき}態癖」という言葉をご存知でしょうか？

「態癖」とは普段、**無意識**に行う癖のことをいいます。その癖が長期的に行われる事により歯を動かし、かみ合わせや歯並びに影響を及ぼしてしまうのです。特に、小学生は成長期で骨がやわらかくかみ合わせを左右する**大切な時期**といえます。今回は主な2つの例をご紹介します。



◎^{ほおづえ}頬杖・横向き寝・うつ伏せ寝

これらの癖は、重い頭が顎の関節や顎に影響を及ぼし、かみ合わせがずれたり、顔に**ゆがみ**がでてしまう場合があります。

◎指しゃぶり

小学校に入ってもしている場合は問題です。すぐにやめさせましょう。していないお子さんでも、食べ物や飲み物を飲み込むときに、舌を上下の歯に挟むようにして飲み込んでいませんか？いずれも、^{かいこう}開咬（奥歯でかんだとき上下の前歯がかみあっていない状態）や出歯などの不正咬合につながります。さらに**発音**にも影響を及ぼし、特に**サ行**や**タ行**の発音がしにくくなります。



みなさんのお子さんはどうでしょうか？このような癖はありませんか？普段、何気なくおこなっている態癖が、このように影響を及ぼしてしまうのです。早めに対処できるよう一度ご自身のお子さんをチェックしてみてください。気になる場合は専門家へご相談ください。

※学校でのフッ素洗口は無料で実施できます。

詳しくは、ホームページをご覧ください。「ゆきなり」で検索すると簡単です。今までの「はは歯クラブだより」をホームページに掲載しています。

〈文責：歯科衛生士 池本真実〉