

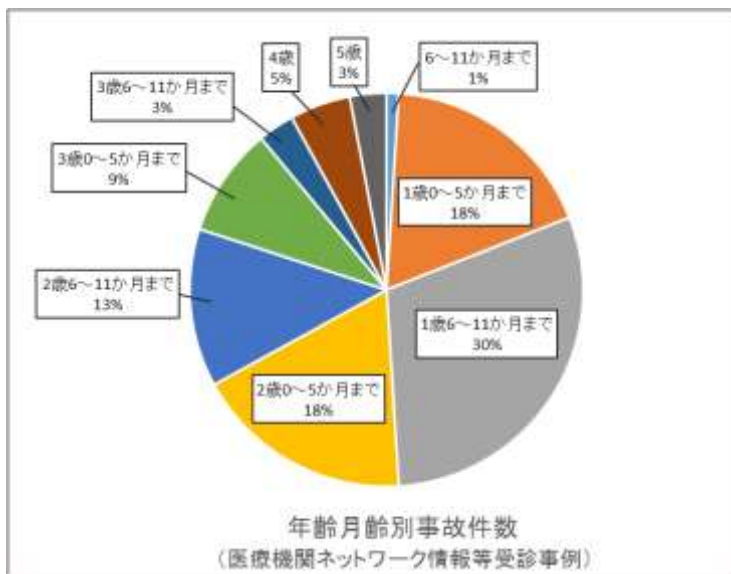


歯だいすき!

子どもの歯ブラシの喉突き事故に注意しましょう

子どもが歯ブラシをくわえたまま転び、喉を突くなどのお口の中を傷つける事故が多く、入院治療に至るケースもあります。事故件数は、1歳～3歳前半の子どもに多く、1歳代が全体の48%を占めています。事故原因は「転倒」が最も多く、約6割です。子どもが使用する歯ブラシは「通常タイプ」が約9割です。（東京都商品等安全対策協議会報告）

毎日励行する歯磨きの時間を安全・安心なものにするために、下記のことにご注意しましょう。



歯磨き時の注意

- 子どもが行う歯磨きは、保護者の見守りのもとに、床に座って行う。
- 踏み台、ソファ、椅子など不安定な場所で歯磨きしない。
- 事故の危険性の高い3歳前半までは、喉突き防止対策を施した歯ブラシを使わせる。
- 保護者が仕上げ磨きで使用する歯ブラシと使い分ける。
- 歯ブラシを口に入れたまま、歩かせない。
- 子どもの動線に物を置かない。

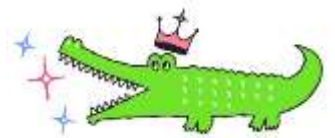


1歳のお誕生日前後までは、まずは、歯ブラシに慣れてもらうことが一番です。げんこつ握りで良いので、喉の奥まで入らない工夫が施されている歯ブラシを選んであげましょう。

歯ブラシの柄の下半分が軟らかい材質で作られており、途中からくしゃんと曲がります。喉突き防止に効果的ですが、仕上げ磨きには適さないため、保護者の仕上げ磨きの際は、通常タイプの歯ブラシをお使いください。



くくい歯で食育



【ベロタッチ…御存じですか？】

1. 食べることや話すことが苦手な子どもたちのために

熊本市役所の歯科医師、保健師、保護者らで開発されました。歯ブラシで舌を軽く刺激するだけの簡単な方法です。

「食べるのが上手になった」

「言葉がはっきりしてきた」

「奥歯に歯ブラシを入れても、オエッとしなくなった」など、子どもの極端な偏食や丸呑み、発語の遅れなどに不安を持つお母さんたちに喜ばれています。高齢者の誤嚥や認知症の予防にも役立ちます。

2. 「ベロタッチ」が効果的なわけ

毎日、チョンチョンを続けると、舌に歯ブラシを押し返すような動きが生まれてきます。

口の中や舌の神経に刺激を与えることにより、舌の動きや唾液の分泌を促す狙いがあります。

刺激により脳への血流量が増え、末梢神経への刺激が中枢神経に伝わり、機能の発達を促します。



2. 「ベロタッチ」のやりかた

食後の歯磨きタイムに、

- ①舌の先端を歯ブラシの毛先で、チョンチョンチョンとやさしくタッチ
 - ②舌先3分の1程度の右横を毛先でチョンチョンチョンとやさしくタッチ
 - ③舌先3分の1程度の左横を毛先でチョンチョンチョンとやさしくタッチ
- これでおしまいです。1日3回、歯磨きのたびに行うと良いでしょう。

小樽市保健所の小児歯科相談日・・・

⇒予約制です。(月6回程度開設しています。)

事前にお電話にて御予約ください。

⇒持ち物：母子健康手帳、歯ブラシ

フッ化物歯面塗布を希望する場合は740円が必要です。



相談日の日程表

お問合せ・御予約は 小樽市保健所 健康増進課まで 電話22-3110