

今月のさがあお豆知識 No.41

永久歯に生え変わってすぐは要注意！！



生えたての永久歯は酸に弱いため、どうしても虫歯になりやすいです。そのため、乳歯が抜けて永久歯が生えてきたら、歯ブラシやフロス（糸ようじ）を使い、しっかりと汚れを取り除きましょう。特に、生えてから最初の2年は徹底してケアをする必要があります！

「徹底してケア」って何をするの？

→お家でできるケアと歯科医院でできるケアがあります！

お家→毎日の歯磨き・間食の種類や取り方・フッ素（低濃度）

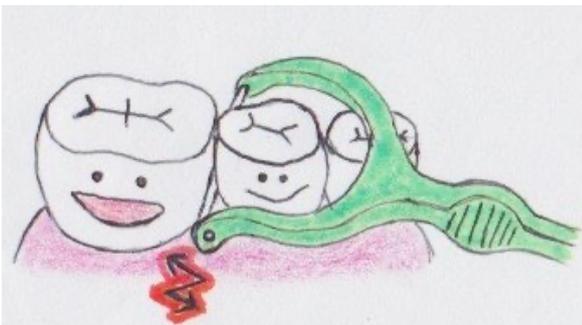
歯科医院→歯磨きの習得・虫歯予防の処置・フッ素（高濃度）

歯科では虫歯チェックだけでなく虫歯予防を行っています！

永久歯の虫歯は、大きくなるほど歯を失うリスクが上がります。一生使う大切な歯なのでお家でのケアと歯科医院でのケアを合わせて行い、大切にしていきましょう！

＊お家での歯磨きのポイント＊～フロスの使い方～

- ①歯と歯の間にフロスを当てます
- ②ゆっくり横に動かしながら間に入れる
- ③奥側の歯にフロスを当て上下に動かし歯垢をとる
- ④同様に手前の歯も行い、順に隣の歯間部へ



＊歯と歯の間に入れる時はジグザグと動かしましょう

かしこい虫歯菌はみんなが気づかない所でせっせと歯に穴を掘るから気をつけて！

虫歯で歯が痛くならないようにお家でも、歯医者さんでもピカピカにしようね！

