

ブラッシングコーナーについて

目標

- ①保護者の行う仕上げ磨きが不安なく、より効果的にできるようにアドバイスと実習をする。
- ②自分磨きのできる対象児が上手に磨く事ができるようにチェックし、自立への支援をする。また、機能的に有効なうがいができるように指導をする。
- ③フッ素導入のために、歯面をきれいにしておく。

歯磨きを嫌がる主な理由

保護者

- ・子どもの歯を磨くことに慣れていない
→第一子の保護者に多い
- ・歯を磨かなくてはと思い焦ってしまう
→表情も硬く 雰囲気子どもに伝わる



子ども

- ・歯を磨かれることに慣れていない
→触られることに慣れていない
- ・子どもが何をされるか、なぜ磨かれるのか分からないので怖い
→急に倒される、口を開けられる、磨くとき痛い、長い



その他
口腔内の敏感
呼吸のコントロール
等々

歯磨きの準備をしましょう

萌出前から有効
歯磨きに慣れる準備として、
こどもの口に、ポンポンと指を当てたり、
口の周りや頬、顎に触って、
遊びながら、口を触ることに慣れさせましょう。

口腔内の顎堤や頬粘膜、口唇裏を触って
あげましょう。



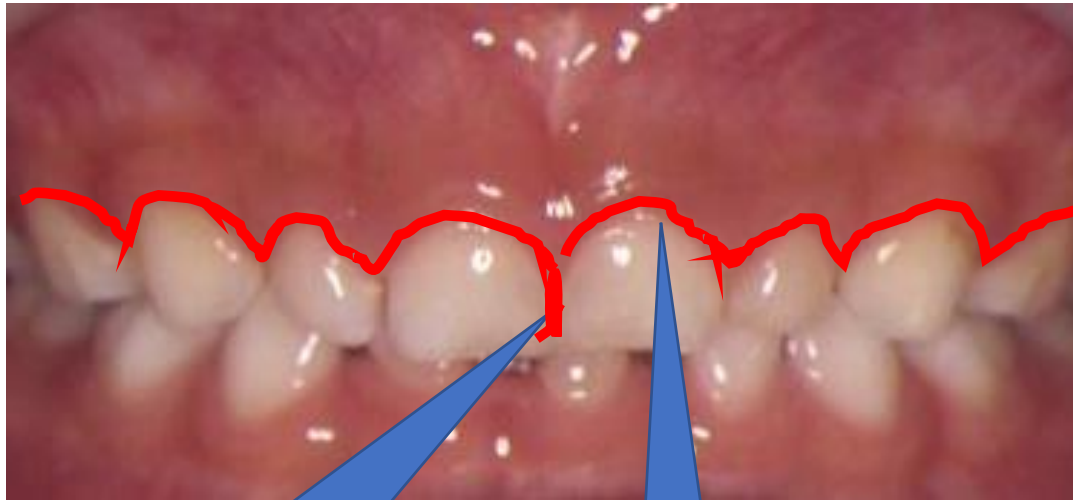
むし歯になりやすいところを伝える



上唇小帯

歯みがき時に、毛先で擦らないように
※転倒時に切れやすいことも説明してください。
(止血すれば慌てなくても大丈夫。
歯を強打して気になれば受診を勧る)

咬合面に注意



歯間部

歯頸部



4歳からは奥歯の
DEの間

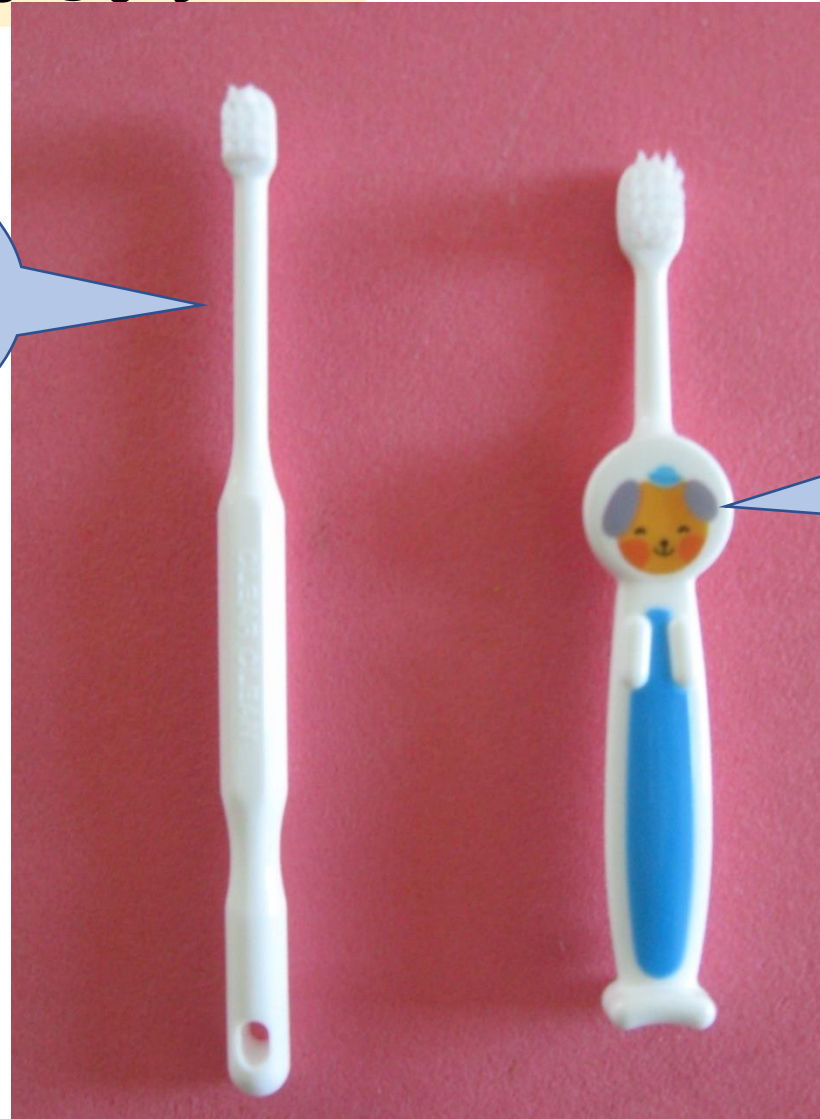
歯ブラシは2本用意しましょう

仕上げ磨き用

ブラシ部分は小さめ
(前歯2本分程度)
グリップの部分は大人が握って操作しやすい長さ

仕上げ磨き用を子どもが持って歩くと転倒・喉衝きなど危険のリスクがある

参考資料：消費者庁「Vol.629 歯ブラシがのどに刺さる事故」



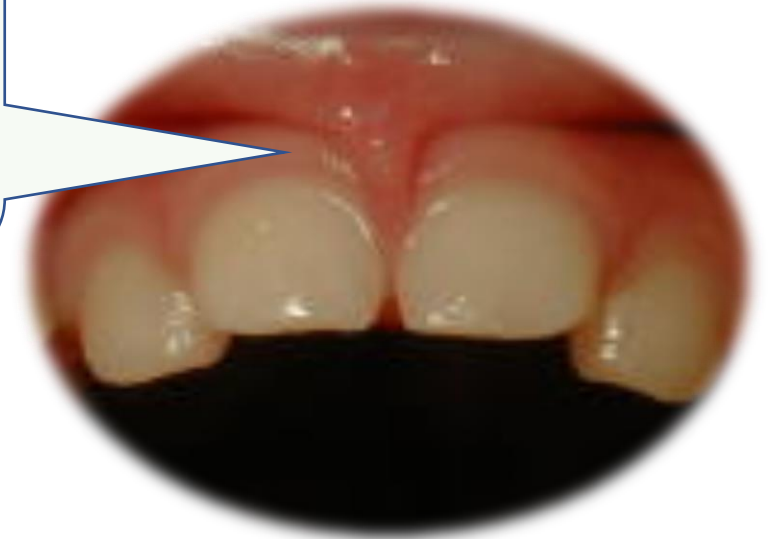
こども用

グリップがこどもの手になじみ
ブラシ部分がある程度の大きさがある物が望ましい
低年齢の場合はストッパーがついていてもよい

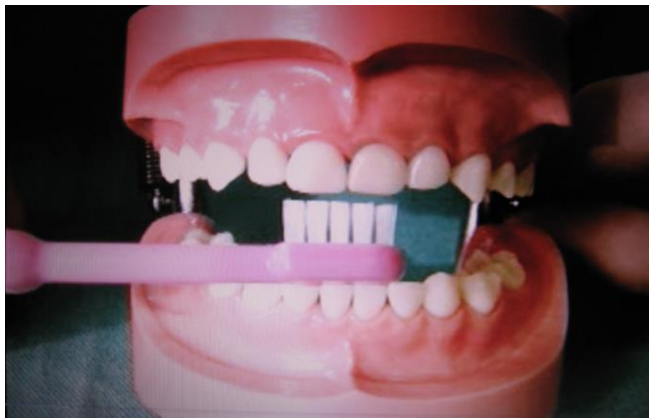
楽しく歯みがき

上唇小帯を歯ブラシで擦ると
痛いので歯みがきを嫌がります。

上顎前歯部あたりは、口腔内に物が入ると
きのセンサーです。敏感な所です。



軽い力で1~2本ずつ小刻みに
ブラシは毛の部分が前歯2本分



唇面は小刻みな横磨きを基本ですが、
「上唇小帯が大きい」場合や「Bが舌側に下がっているのに嫌がる
ので短時間で磨きたい」時などは、縦磨きもOK



↑この程度の萌出なら、ガーゼや綿
棒でもOK。ブラシなら軽い力で当
てる。ブラシの角度は問わない。

糸付きようじ



1歳半検診でう蝕の好発部位



3才以降、乳臼歯の歯と歯の間(DE間)は「糸付きようじ」が効果的です。

※「糸ようじ」は商標登録名です。
一般の呼称は「糸付きようじ」です



口唇・頬の排除し
可視可能な状態で
仕上げ磨きを



特別な場合を除き、寝かせ磨きを勧めます。
頭部が不意に動くと危険



上顎前歯の唇側



下顎前歯部



奥歯は口を引っ張るのではなく
頬の裏を指で膨らますと
子どもも痛くない

2歳から3歳にかけて磨きにくいEが萌出



Eの半萌出時、Dの咬合面より低位なので、工夫が必要。

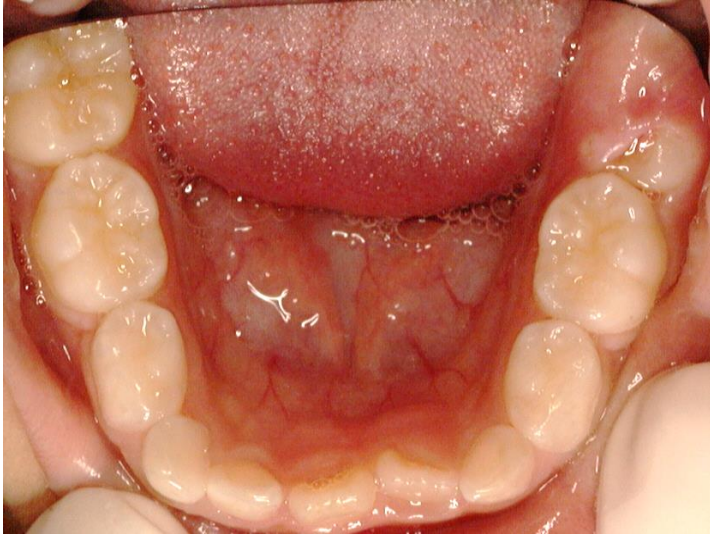


横からの突っ込み
磨きが有効。
※6歳臼歯も同様



自分磨きについて

- 口腔内の状況の説明



自分磨きについて

歯ブラシの持ち方



ペングリップ



パームグリップ

- ペングリップが望ましいが、
難しい時(低年齢児) はパームグリップでもいい。

自分磨きについて

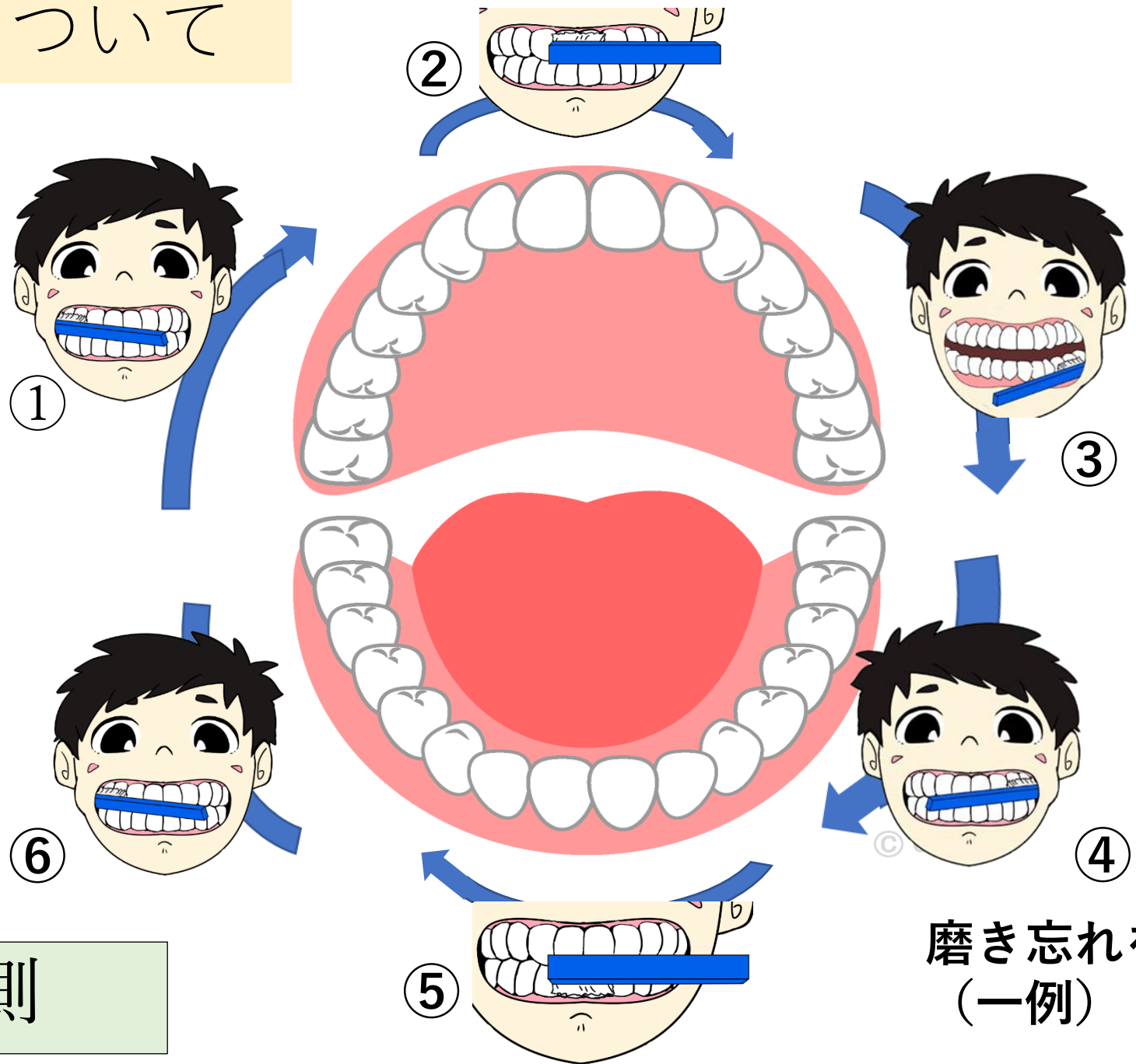
低年齢の場合、
手首、指の発達に合わせて可能な部位・動かし方を増やしていきます。

自分で歯磨きをするということは

「自分の体を大切にすることを育てることになります。」

4・5が萌出途中の時期は咬合面の高さが不揃いです。
仕上げ磨きは「混合歯列期」（小学4年生位）までが望ましい。

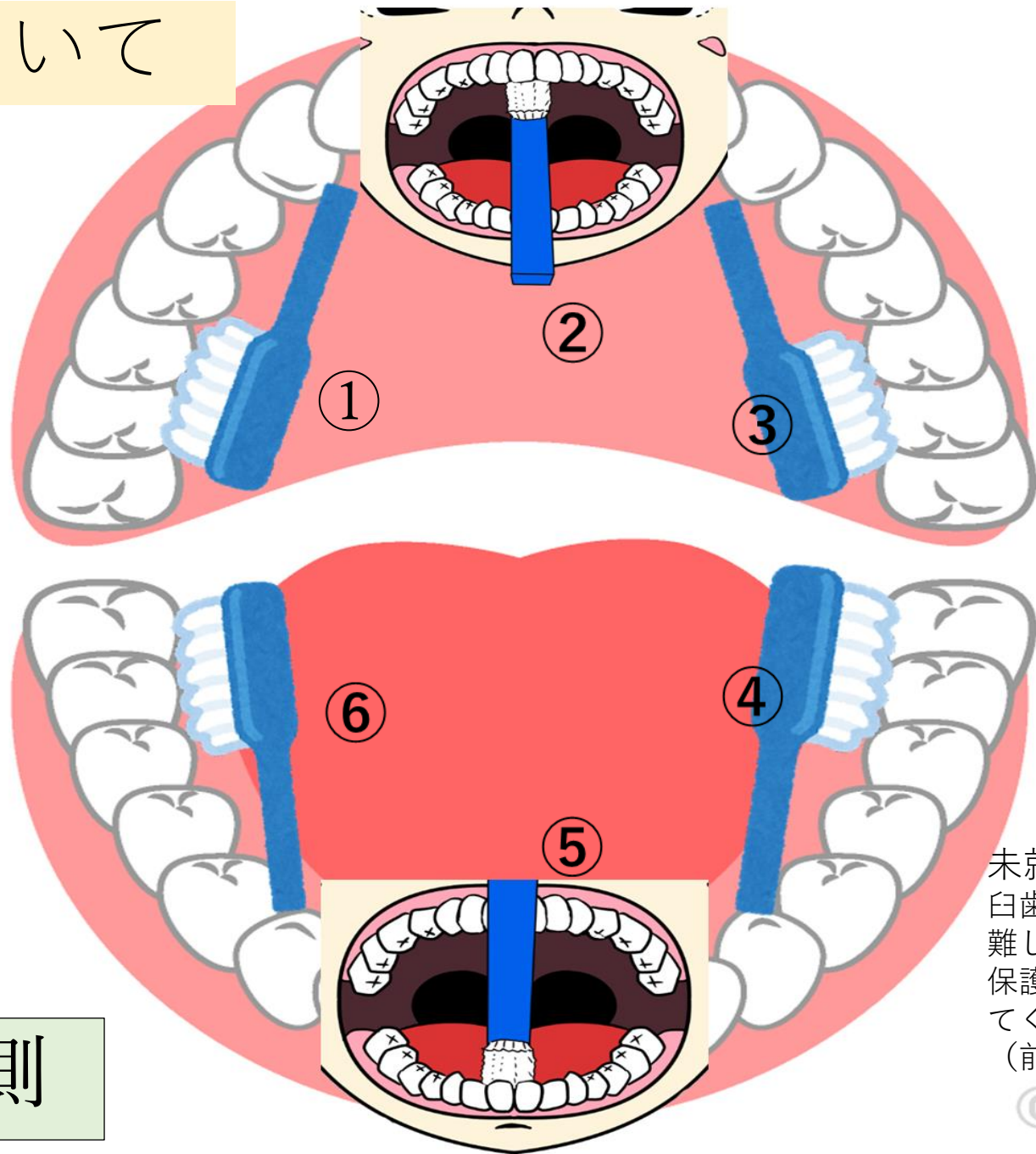
自分磨きについて



唇・頬側

磨き忘れを減らす磨き方
(一例)

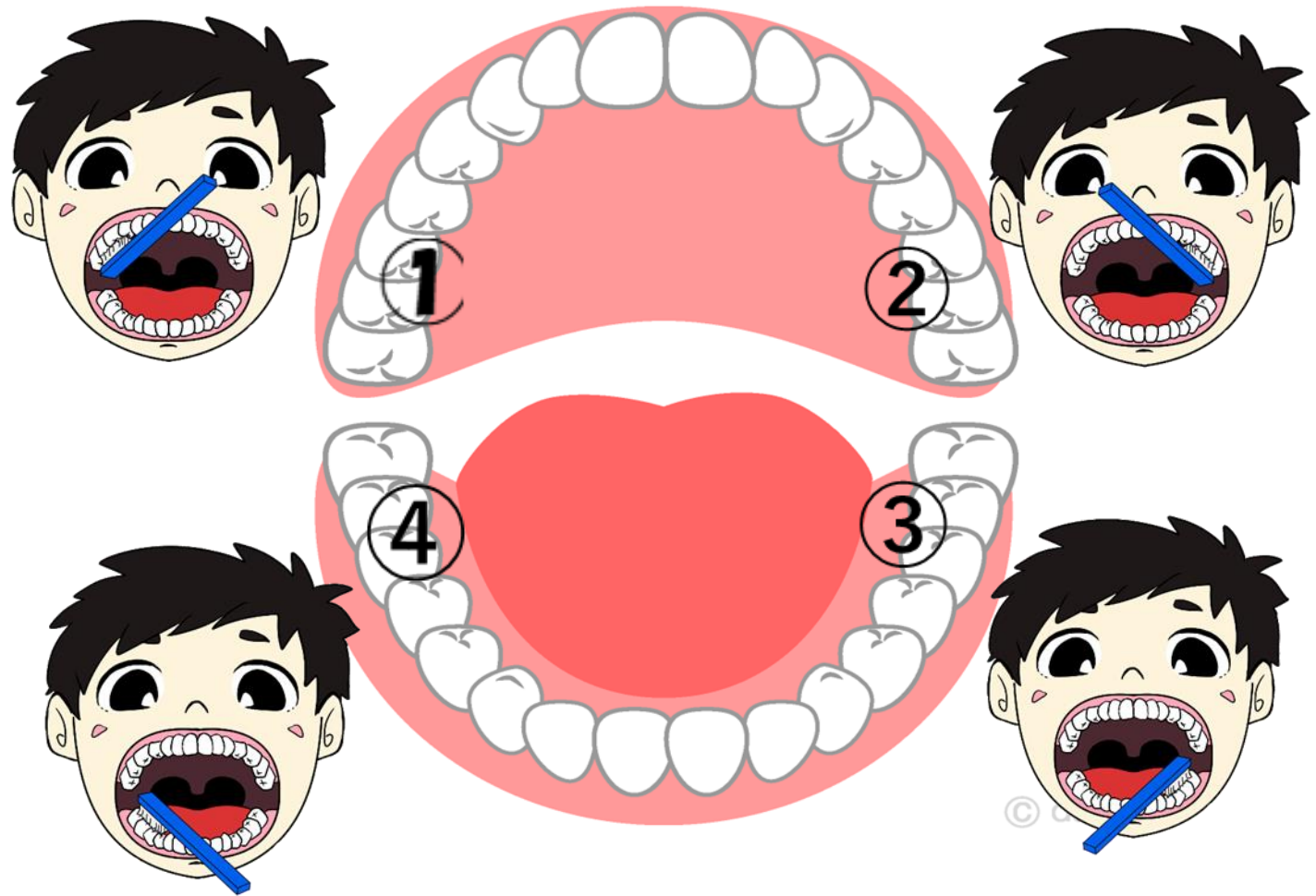
自分磨きについて



舌・口蓋側

未就学児の場合
臼歯部舌側が磨きにくい場所になります。
難しい場合は省略しても大丈夫です。
保護者に仕上げ磨きで対応するように伝えてください。
(前歯部舌側は動作がしやすいです)

自分磨きについて



咬合面

自分磨きについて

歯磨き後、
フッ素成分を口腔内に残すため
に、
うがいは一回を勧めています。



「お口ぽかん」の対策としても
しっかり口唇閉鎖をして「うが
い」をすることはおすすめです。
空気を口に含んだ「空気うが
い」も「お口ぽかん」の対策に
なります。



うがい

自分磨きについて



きれいにあらう



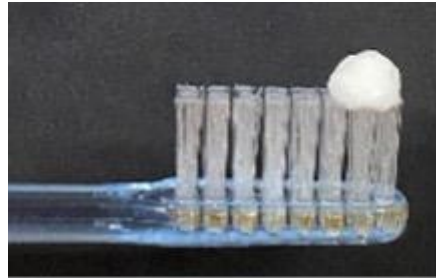
フッ化物配合歯磨剤の量について

歯が生えてから2歳
1～2mm 900～1000ppmF



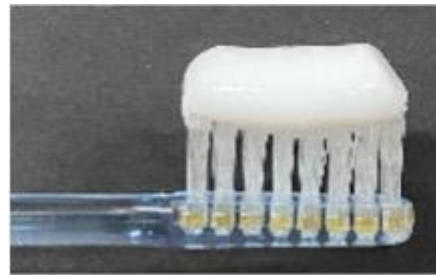
- ・フッ化物配合歯磨剤を利用した歯みがきを、就寝前を含め1日2回行う。
- ・900～1000 ppmFの歯磨剤をごく少量使用する。歯みがきの後にティッシュなどで歯磨剤を軽く拭き取ってもよい。
- ・歯磨剤は子どもの手が届かない所に保管する。
- ・歯みがきについて歯科医師等の指導を受ける。

3～5歳
5mm程度 900～1000ppmF



- ・フッ化物配合歯磨剤を利用した歯みがきを、就寝前を含め1日2回行う。
- ・歯みがきの後は、歯磨剤を軽くはき出す。うがいをする場合は少量の水で1回のみとする。
- ・こどもが歯ブラシに適切な量の歯磨剤をつけられない場合は、保護者が歯磨剤をつける。

6歳～成人
1.5～2cm程度 1400～1500ppmF



- ・フッ化物配合歯磨剤を利用した歯みがきを、就寝前を含め1日2回行う。
- ・歯みがきの後は、歯磨剤を軽くはき出す。うがいをする場合は少量の水で1回のみとする。
- ・チタン製歯科材料（インプラントなど）が使用されていても、自分の歯がある場合はフッ化物配合歯磨剤を使用する。