

当院の虫歯予防プログラム

お子様の虫歯の責任は、お子様だけにあるものではありません。せつかくのお子様の人生を、歯で苦勞するものにしない為にも、気を付けてあげたいものです。



・日常生活で、無理なく改善できることから

- 食事やおやつはできるだけ時間を決めて、摂るようにしましょう。できれば和食が良いようです。
- おやつで砂糖はできるだけ摂らないようにしましょう。特にキャラメルやチョコレートなどの歯にくっつきやすいものは危険です。砂糖を含まない水分と一緒に食べると、少しは良いようです。実はポテトチップスなどのスナックやクッキーも、お口の中で糖に分解され、虫歯になりやすいです。
- 飲み物はお茶や水、牛乳にしましょう。スポーツ飲料は意外に砂糖が多く含まれています。
- 仕上げ磨きは小学校の低学年くらいまではしてあげましょう。ご家族みんなで参加して、遊んだり絵本を読ませたりしながら、楽しい雰囲気で行きましょう。
- フッ素入りの歯磨き粉（歯が生えてから）やフッ素のうがい（2～3歳くらいから）をしましょう。

・定期的な歯科医院受診

- 歯医者さんは悪いところを治療するだけでなく、悪くならないようにするところでもある事を知っていただきたいです。虫歯は一度治療しても、その部分は虫歯に対してとても弱くなっています。

・唾液検査で虫歯のなりやすさを検査し、お子様に合った無駄のない虫歯予防プログラム

- 唾液検査では、お口の中に存在している虫歯菌の数や、唾液が持つ虫歯を治す力がわかります。1回キット代金 3000 円（税抜き）です。ご家族で検査を受けられることで、ご家族間でうつりやすい虫歯菌の種類や量が判定でき、ご家族同時に除菌治療等を受ける事ができ、効果的な予防が可能。定期的に唾液検査を行うことで、日常生活での虫歯予防効果の判定ができる。

・シーラント

- 1歳過ぎから奥歯が生えてくると、奥歯の溝はとても深いため歯みがきでも虫歯菌が取れずに、虫歯になりやすいです。そこで、溝の中に無害なシールを流し、溝を埋める治療です。痛みも無く、数年もちます。保険診療で治療できます。

・フッ素塗布や 3DS (Dental Drag Delivery System) で高度な虫歯予防

- 数か月ごとに高濃度のフッ素を歯に塗ることで、歯のエナメル質を虫歯で溶けにくくします。
- ※当院では将来的にお子様の虫歯予防がとても大切であると考えていますので、健診を受けられたお子様にはフッ素塗布は無料で行っております
- 3DS は、きれいに磨いた歯に専用の軟かく薄いトレーを使用して、飲んでも無害な歯磨きジェルを 10 分程保持し、虫歯菌を殺菌し減少させるものです。唾液検査で細菌が多いお子様には特に効果的です。自費診療でトレーの作成料が上下セットで 5000 円（税抜き）です。トレーはご自宅でも使用できます。

・キシリトールの摂取

- キシリトールという甘味料は虫歯菌が栄養として取りこめず、酸を作ることができずに、次第に虫歯菌が減少していくと言われています。市販のキシリトールお菓子には他の甘味料が含まれていることがあるので、歯科医院専用のものが良いでしょう。（甘い物が好きになるので、与えすぎは×）