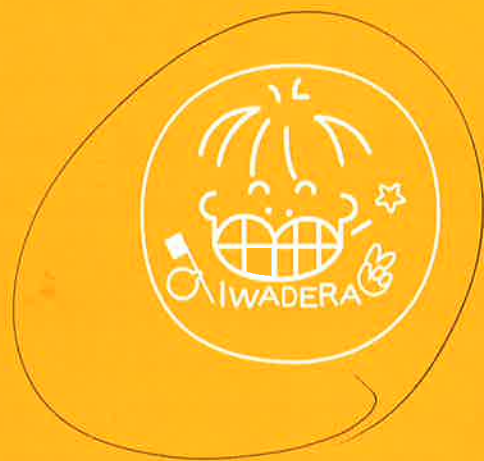




IWADERA dental clinic for children

院長 岩寺 環司 (いわでら かんじ)

副院長 岩寺 信喜 (いわでら のぶき)

診療科目 小児歯科 矯正歯科

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~11:00	○	○	○	○	○	△ 14:50まで	—
13:30~17:50	○	○	○	○	○	—	—

昼休み / 12:00~13:30 休診日 / 日曜・土曜・祝日

医療法人社団 岩寺小児歯科医院

〒001-0045 札幌市北区麻生町2丁目4-5

ご予約はこちらまで ※急患は随時受付いたします

TEL 011-758-7736



●アクセス
地下鉄終点(地下鉄南北線・麻生駅)4番出口より徒歩1分です。
バスターミナル(麻生停留所)に隣接

医療法人社団

岩寺小児歯科医院

小児歯科のご案内

Pediatric dentistry Information

医療法人社団 岩寺小児歯科医院

子どもの大切な歯を守ることを
目指した小児歯科冊子です。
生活の質を支えるためにも大切なお口の健康を
お守り致します。

小児歯科の役割

子どものお口の中の環境は、日々変化していきます。

生まれてから歯が生えてきて、抜けて、
また生えてくることで、噛み合わせが完成します。

この時期に、適切な歯の管理を行うことは、
とても重要です。

子どもの頃の習慣や環境は、
将来に影響を与えることが多くあります。
それは、歯にとっても同様で、幼少期の健康なお口の環境は、
将来につながります。

私たちは、幼少期のお口の健康を守ることで、
生涯のむし歯のリスクを抑え、
安心できる生活をお届けしたいと考えています。



来院のときに保護者の皆様が 気をつけること

こんな会話は子どもが怖がります。

- 子どもの前では、こんな会話は控えて下さい。
- 来院のときに嘘をついて連れてこないで下さい。

麻酔の注射が痛かった

歯の治療は嫌い

買い物に行くと言って、歯医者さんへ連れて行く

できたら、お菓子・ジュースを買ってあげるよ
(食べ物でつらい。)

甘いお菓子ばかり食べていたら、歯医者に連れて行くよ

歯を磨かないと歯医者さんで歯を抜いてもらうよ

お菓子ばかり食べていたら、歯医者さんで注射してもらうよ

など

プラスの会話をお願いします。

- 来院前に。
- 治療終了後に。

悪い虫さんをやつつけてもらおう

歯をキレイにしてもらおうね

上手にできたね！びっくりしちゃった！

お父さんが帰ってきたら教えてあげようね！きっと褒めてくれるよ！

など

など

- 家にいるときのような楽な服装で来院ください。
- 汗をかくと考えられる場合は、着替えをご用意ください。
- 入室前には、トイレを済ませておいてください。

母子分離の 診療

私たちの病院では低年齢であっても子どもの治療は、保護者の方には待合室でお待ち頂くようお願いしています。

こんなに小さいのに1人で大丈夫なの？と心配されるかもしれませんが、早い子どもですと2歳から1人で治療することができる子もいます。

治療の際は必ず保護者様の同意を得てから行いますのでご安心ください。
泣いて、暴れてできなくなり強制的に抑える必要がある場合なども保護者様に相談し行います。どうぞご理解ください。

1人で治療を 受けた方が良い理由

- ・子どもの治療はできるだけ短時間にすることで負担の軽減に繋がりたいと思っています。
そのためには、子どもとの信頼関係がとても重要です。
保護者がいることで子どもが甘えてしまいますと信頼関係をつくるのが困難になってしまい治療がスムーズにいかないことがあります。
- ・子どもを安心させるため「すぐに終わるから」「痛くないから」などの声掛けを保護者がすることで子どもにとってはうそになり治療の妨げとなることがあります。

保護者が私たちを信頼してくださることで、子どもも私たちを信頼しやすくなります。
小さな子どもも大事な一人の人として対応させていただきますのでどうか安心して子どもを送り出してください。

なぜむし歯になるのか？

○ むし歯ができるまで

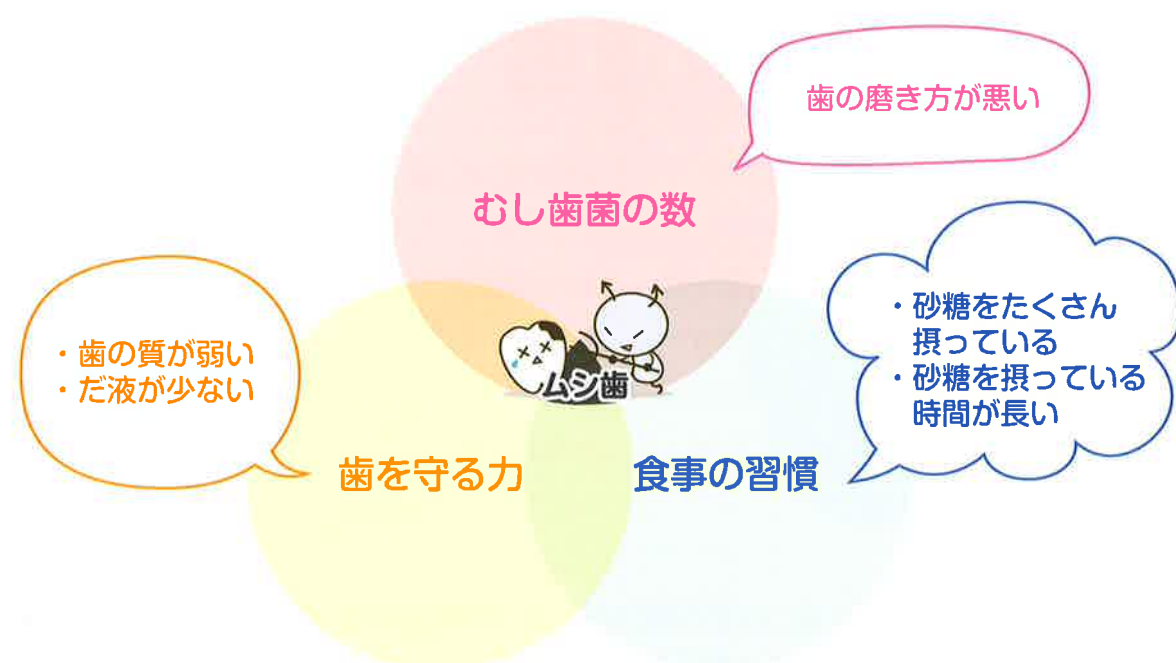
お口の中にはむし歯菌がいます。

むし歯菌は、食事やお菓子、ジュースなどの中にある砂糖を取り込んで酸を出します。この酸によって歯が溶かされ穴が開いてしまうとむし歯になってしまいます。

○ むし歯になりやすいポイント

- ①歯磨きがうまく出来ていない。
- ②間食が多い。
- ③むし歯菌の数が多い。

むし歯のメカニズム

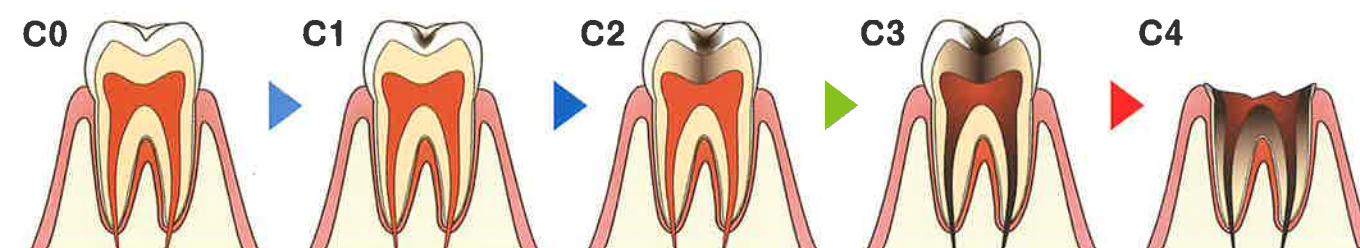


むし歯の治療について



むし歯の進行段階

むし歯には進行の段階があり、その段階によって治療内容が変わります。段階は、C0、C1～C4の段階に分かれます。



C0: むし歯の初期症状が疑われる歯で、放置するとむし歯になってしまう可能性のある歯を指します。ブラッシング、フッ化物塗布、シーラントなどの予防処置が必要です。

C1: 歯の表面（エナメル質）がむし歯になり穴が開いている状態です。むし歯になっている部分を小さく削って詰めて治療します。

C2: 歯の内部（象牙質）にまでむし歯が広がっている状態です。少しずつ痛みや冷たいものがしみますが、痛みが出ない場合もあります。乳歯の多くは、痛みが出ません。むし歯部分を削って詰める、または銀歯を被せる治療になります。治療の多くは麻酔が必要になります。

C3: むし歯が神経まで到達した状態です。この段階になると細菌に感染した神経を取りのぞく必要があります。進行度合いで神経を部分的に取り除く場合と、全て取り除く場合があります。神経の中の細菌が多い場合には数回に分けて細菌を除去します。神経を取り除くときに大きく削る必要があるため、奥歯は銀歯を被せることが多くなります。

C4: 歯が崩壊して根だけが残っている状態です。神経が死んでいて痛みを感じなくなっていることもあります。神経の先で膿がたまっていることもあります。むし歯があまりにも大きい場合には歯を抜かなくてはならない場合もあります。

子どもの歯を守る 3つのポイント

POINT 1 家庭でのケア

子どもの歯を守るためには、日頃のケアが何よりも大切です。
小学4年生くらいまでは、**本人が磨いた後に大人の手で仕上げ磨き**を行なって下さい。
フロスや家庭用フッ化物の利用も効果的です。

詳しくは8ページへ



POINT 2 食生活

間食はなるべく糖分量や粘調性の低いものを選択し、
食べる時間や量を決めることで、お口の環境を乱すリスクを軽減できます。
また、日頃から噛むことを意識した食事也很重要です。

詳しくは9ページへ



POINT 3 歯科定期検診

大人のお口の健康を守るために大切な歯科定期検診ですが、
子どもも**3ヶ月～4ヶ月**ごとの**定期検診**が大切です。
定期検診では、お口の健康状態・成長状態を確認し、
必要に応じて予防処置や治療を行っていきます。

詳しくは12ページへ



POINT 1 歯を守るために大切な 仕上げ磨き

磨けているようで、磨けていないのが歯磨きです。

正しい歯磨きは大人でも難しいものですが、お口の健康を守るためにとても大切です。

仕上げ磨きを正しくすることで、お子様の歯を守りましょう。

仕上げ磨きの 姿勢アドバイス

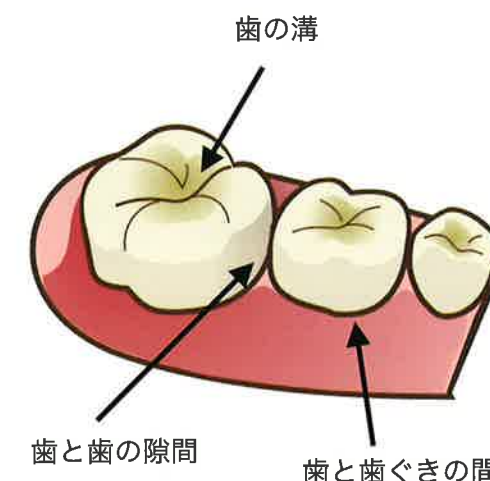
正座をし膝を少し開いて膝の上に子どもの頭を置き、寝かせて磨きましょう。



※あぐらでも大丈夫です。

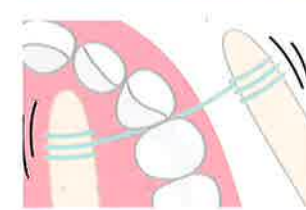
歯磨き チェックポイント

歯の溝や、歯と歯ぐきの間、歯と歯の隙間をしっかり磨きましょう。



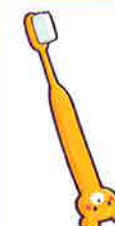
デンタルフロスと歯ブラシ

デンタルフロス



歯と歯の隙間には、
フロスや糸ようじを
使用すると効果的
です。

歯ブラシ



歯ブラシは、主に歯の面
を綺麗にするものです。
磨く順番を決めて歯の
全ての面を磨きましょう。

POINT 2 歯を守るために大切な 間食のルール

食べ物を口に入れたら、お口の中は酸性になります。

むし歯は、酸によって歯が溶けてしまうことによってできる場合が多いため、

間食を頻繁に繰り返すと、お口の中が常に酸性の状態になるのでむし歯リスクも上がってしまいます。

決まった時間に、
決まった量を食べるのが大切です。

お菓子は特に、粘着性の高いものや、
お口の中に長時間含むものは注意が必要です。

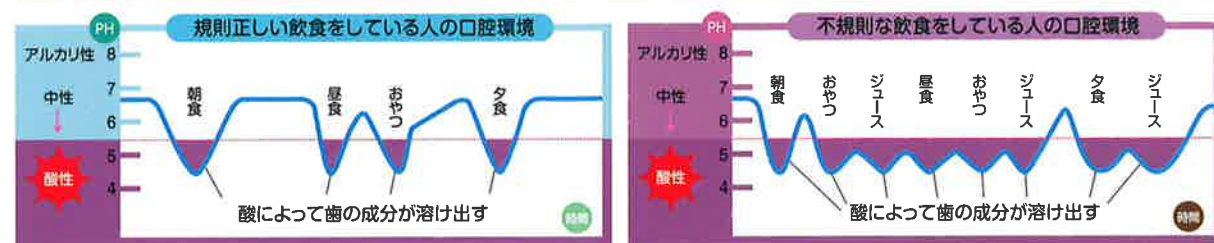


飴やキャラメルなど、
長時間お口の中に
含むお菓子は
注意が必要です。

ジュースも時間を決めて
飲みましょう。

飲食とむし歯の関係

飲食後のお口の環境変化 お水やお茶は口腔環境への影響はありません。



▲口腔環境が中性に戻る時間が確保されています。

▲頻繁に飲食を繰り返すことで常に酸性の口腔環境になっています。

お口の中が酸性になるとむし歯リスクは上がってしまいます。

食後は、お口の中は酸性になりやすいので、食べない時間を
しっかり作ることが、むし歯予防につながります。

おやつとむし歯の 危険度

砂糖を多く含み、ネバネバしていて、口の中に長く残るお菓子ほど、むし歯になる危険性が上がります。



ジュースの中に含まれる砂糖の量



だ液は、むし歯予防の大切な力

だ液の役割

だ液は、お口の中を洗い流しキレイにします。
また、酸性になったお口の中を中性に戻したり、歯を保護する役割をもっています。
そのため、むし歯菌から歯を守る予防効果があります。

だ液ってすごい！

- ・お口の中をきれいにする洗浄作用
- ・飲食によって、酸性になったお口の中を中性に戻す中和作用
- ・おいしさを感じる作用
- ・傷を早く治す殺菌作用
- ・歯やほっぺを守る作用
- ・お口の中を湿らせる作用

ガムを噛んでむし歯予防！

キシリトールガムを噛むと、歯の再石灰化の促進や、唾液量の増加につながります。
キシリトールは、むし歯菌を減少させむし歯の原因となる酸を作らせない働きがあります。

*よく噛むと、むし歯予防だけでなく、口の周りの筋肉も活性化され歯並びや健康にも良い効果があります。



▲歯科専用ガム『POs-Ca F(ポスカ・エフ)』

POINT 3 歯を守るために大切な 歯科定期検診

定期検診では、日頃の歯磨きの状態や、むし歯の有無、大人の歯への生え変わり、歯並びなどを確認するほかに、むし歯予防の為の処置も行います。
3ヶ月に1度の定期検診が理想的です。

定期検診では、どんなことをするの？

①お口の中の確認

まずは、お口の状態を確認します。歯磨きの状態・むし歯の有無・歯並び・歯の生え変わり・歯の状態などを確認します。



②レントゲン撮影

必要に応じてレントゲン撮影を行います。歯の状態や生え残り・むし歯の有無を確認します。



③予防処置

フッ化物塗布などによるむし歯予防処置をします。フッ化物物を塗ることで歯の表面を強くし、むし歯になりにくくします。



むし歯がない場合は、治療はありませんので痛みを感じる処置はありません。
歯医者さんは、痛いところではなく、痛くならない為に行くところという経験を持ってもらうことが大切です。

乳歯のむし歯は 放っておいてもイイの？

乳歯はいつか抜ける歯だから、むし歯になっても放っておいてもイイとお考えの方はいらっしゃいませんか？

乳歯のむし歯を放っておくと、どのようなことが起きるのでしょうか？

- ①むし歯が進行して、大きな痛みが出たり治療が困難になる。
- ②食べ物をうまく食べられなくなり、栄養摂取が難しくなる。
- ③細菌が繁殖することで、他の健康な歯もむし歯になってしまう。
- ④むし歯の穴が大きくなると、歯が傾くことで噛み合わせに影響がでる。
- ⑤永久歯の生え変わりが上手くいかず、永久歯が曲がって生えてくる。

いつかは抜ける乳歯ですが、子どもの健康的な生活や、これから生えてくる健康な永久歯のためにも、乳歯がむし歯になってしまったときには適切な治療が大切です。

子どものむし歯と 大人のむし歯の違い

同じ役割を持った歯ですが、子どもの歯と大人の歯では、むし歯にどのような違いがあるのでしょうか？

- ①大人の歯に比べて、むし歯の進行が早い。
- ②子どもの歯は、歯髄（神経）が大きいため、重症化しやすい。
- ③子どもの歯は、痛みが出にくいいため、気が付いたときには進行している場合がある。

子どもの歯は、大人の歯よりもむし歯の予防、早期発見、早期治療が大切です。毎日の歯磨きなどでお口の中を見るだけでなく、歯科医院で定期検診を受診することが、大切な子どもの歯を守ることに繋がります。

無痛治療、麻酔について

無痛治療とは、麻酔により感覚を無くすことで、痛みを感じさせない治療のことです。

「麻酔の注射が痛いのでは？」とってしまう方も多くいらっしゃいますが、痛みを少なくするために表面麻酔のクリームを使用することで、注射の針を指す痛みが軽減され痛みを感じずらくなります。また、子どもの骨は大人よりも柔らかく浸み込みやすいので、大人よりも効きやすく痛みは少ないです。それと、注射を見るだけで怖がることがあるので「虫さんを眠らせるよ」と言って、注射器は見せずに行いますので、家などでも『歯医者で注射される』などの話はしないようにして下さい。麻酔が効いてい



唇を噛んでしまった直後



唇を噛んでしまった次の日

る時間は2～3時間、感覚がなくなることで噛んだり引っ掻いてしまうと傷ができ、大きく腫れて痛くなってしまいますので、注意して見てあげて下さい。ただし、傷がつき腫れてしまっても1週間程度で治りますので、ご安心下さい。

恐怖心をやわらげる 「笑気」について

笑気吸入鎮静法とは、酸素にほんのり甘い香りがする『笑気』という気体を混ぜて、鼻から吸ってもらう鎮静方法です。吸入中は、歯を削るなどの不快な振動や、注射の痛みもあまり気にならなくなり、ゆったりした気分で治療を受けていただくことができます。笑気吸入鎮静法は、すべての子どもに適用できますが、特に治療に対して「恐怖心」や「不安感」が強く、緊張しやすい子どもにおすすめしています。また、お口の中を触れられると嘔吐反射を起こしやすい子どもにも効果があります。



安全な治療のための 「レストレーナー」について

治療を嫌がって暴れてしまう子どもで、歯科治療を安全に行うために体を抑える必要があると判断した場合にはレストレーナーという抑制器具を使用することがあります。



レストレーナーの効果

- ・患者さんの治療に対する安心感
- ・安全で確実な処置
- ・診療時間の短縮
- ・来院回数の減少

歯を強くする フッ化物塗布

フッ化物は自然環境の中にある元素のひとつで、土壌や海水中のほか、土壌で育つ野菜や果物、魚介類や海藻類にも含まれています。人間の体内では歯や骨に含まれており、WHO(世界保健機構)やFAO(食糧農業機構)では必須栄養素のひとつとして、フッ化物をあげています。日常の食事から摂取されているフッ化物ですが、むし歯予防に十分な量のフッ化物を食事のみから得ることはできません。

フッ化物は、むし歯予防に関する様々な働きをしてくれます。フッ化物配合ハミガキ剤を長期間継続的に使用することで、予防率はアップします。

酸を抑制

歯磨きで落としきれなかった歯垢(プラーク)が作るむし歯の原因菌の働きを弱め、歯垢(プラーク)が作る酸の量を抑えます。

再石灰化の促進

歯から溶け出したカルシウムやリンの再石灰化を促進させます。

歯質強化

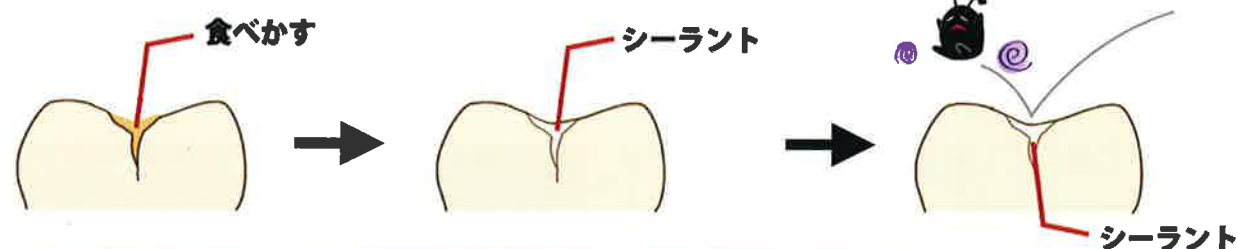
歯の表面を酸にとけにくい性質に修復します。特に乳歯や生えたての歯は軟らかいので、フッ化物配合のハミガキ剤を使い、歯質を強化するのも効果的です。

むし歯にならない為の シーラント

むし歯の原因の一つの『食べカス』。

歯の溝の深い部分には、歯ブラシが届きずいため、むし歯になりやすいです。

シーラントは、この食べカスが歯の溝に入り込むを防ぐ役割を持っています。



定期検診の際に、必要に応じてお勧め致します。

乳歯の 生え変わり

乳歯は、保護者の管理が大切です。

毎日の仕上げ歯磨きを行い、間食は時間を守りながら、歯科定期検診に通いましょう。

乳歯が生える時期

4～6カ月



個人差はありますが、下の前歯が生えてきます。

10～12カ月



上の前歯も生えてきます。

16～18カ月



ほとんどの歯が生えてきます。

2～3歳

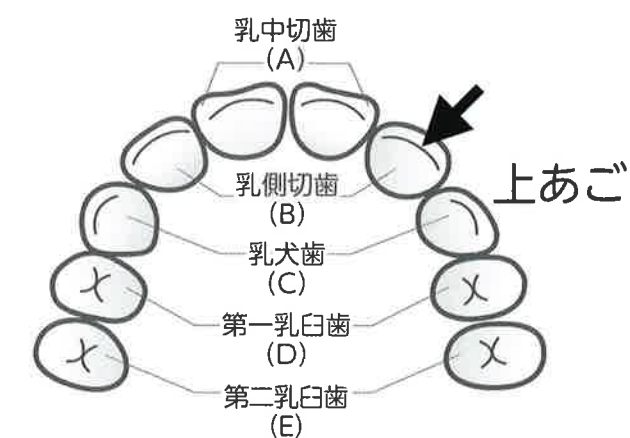


全ての乳歯が生え揃います。

歯医者さんでは歯を アルファベットで呼ぶこともあります。

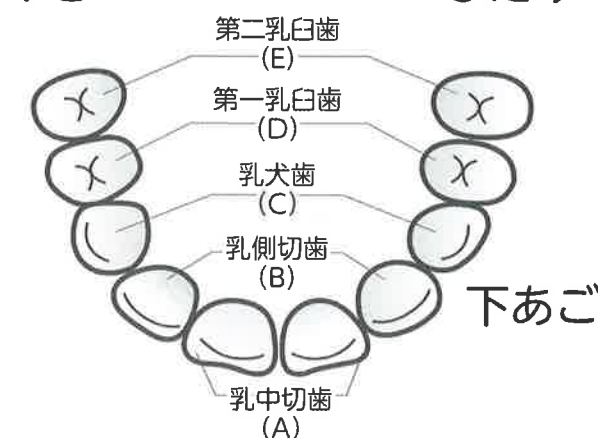
乳歯には、それぞれの歯に名称がありますが、歯医者さんではA(前歯)～E(奥歯)のアルファベットで呼ぶことが多いです。

例えば、矢印の歯は『左上のB』と呼びます。



みぎ

ひだり



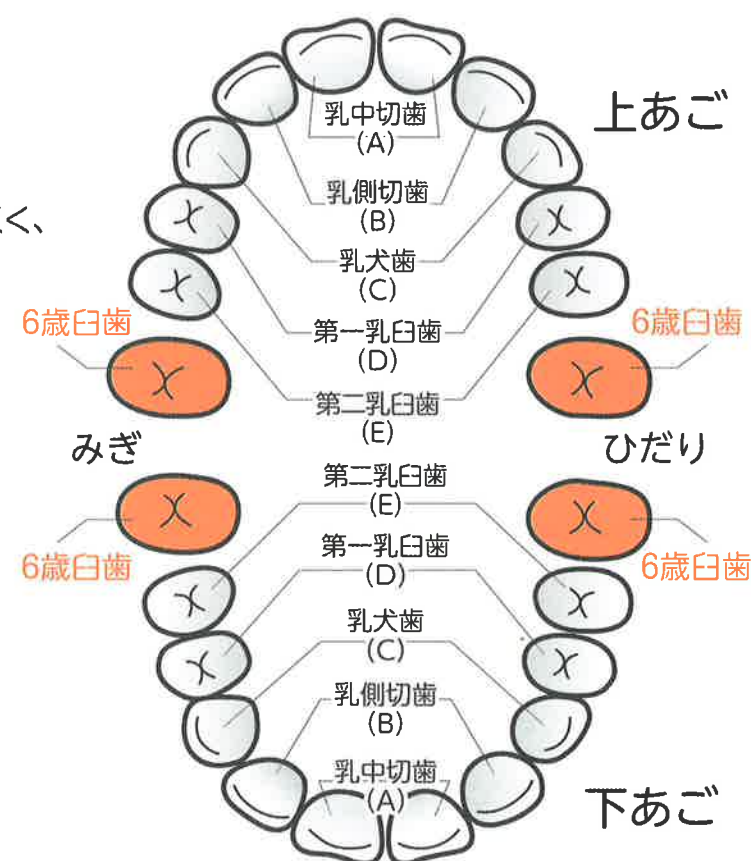
乳歯は全部で
20本なんだね!

6歳臼歯はかみ合わせの 中心となる大切な歯

6歳臼歯とは、乳歯から永久歯になる時に、
一番奥に生えてくる永久歯のことです。

6歳臼歯ってどこ？

6歳臼歯は、第2乳臼歯の後ろに生えてきます。
後ろに生えてくるので、生えたことに気づきにくく、
歯ブラシも届きにくく磨きにくい為、むし歯に
なりやすいので注意が必要です。



大切な6歳臼歯

6歳臼歯は、食べ物を噛む・砕く・すりつぶすといった働きをしますが、
上下の歯の噛み合わせを決定する重要な役割も持っています。
失われないうちに大切に守りましょう。

*6歳臼歯の奥に、12歳臼歯が生えてきます。

12歳臼歯も、生えてくるのに気づかず
むし歯になりやすい歯です。
しっかり磨くようにしましょう。

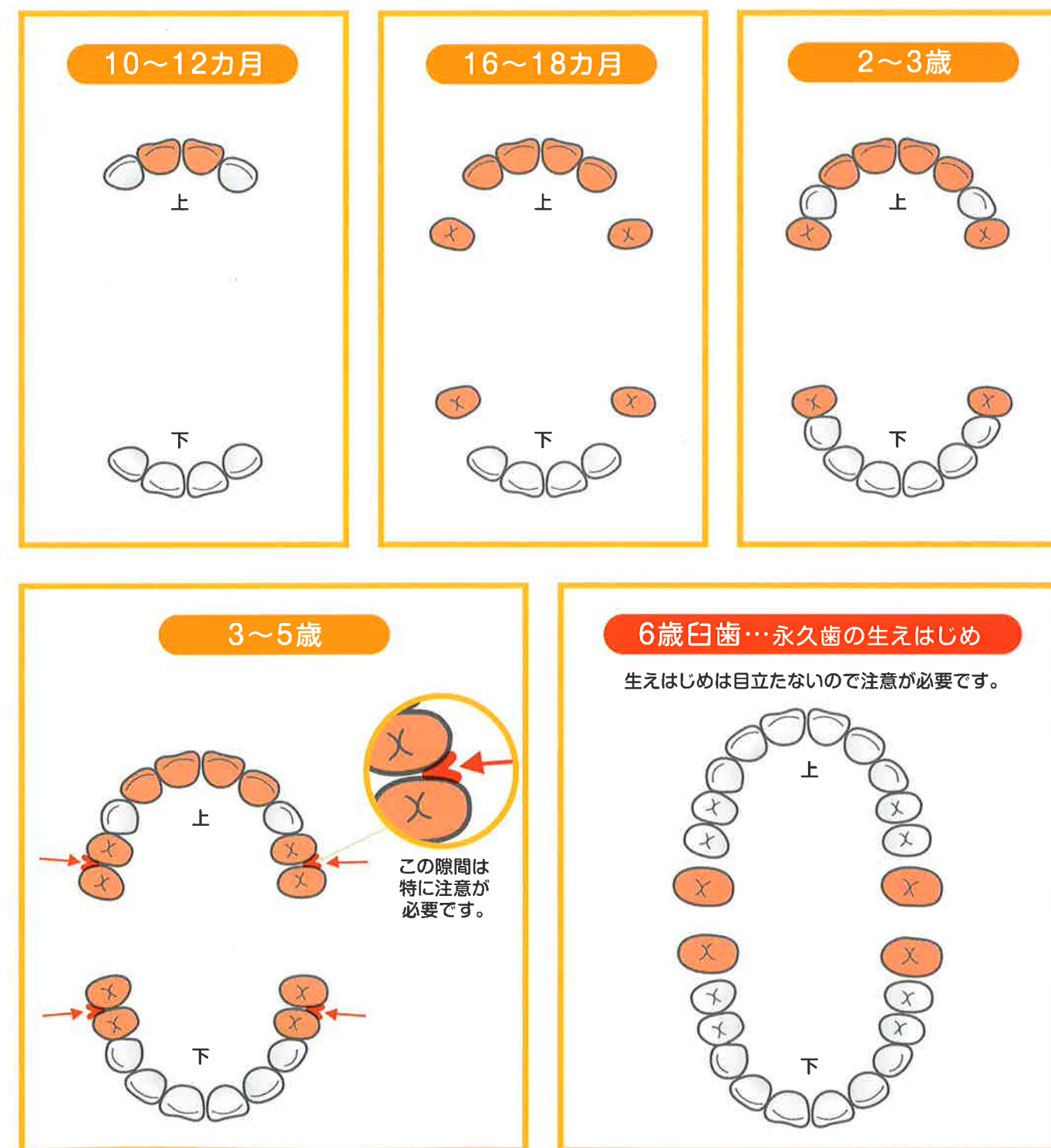
6歳臼歯、12歳臼歯は、
生えてきたら「シーラント」
(P.15参照)をしましょう

生えはじめの歯は、
弱くむし歯になりやすいので
特に注意が必要だよ。



乳歯 年齢ごとの注意ポイント

乳歯は、それぞれの段階で注意する歯があります。
赤で記した歯は、歯磨きもしにくく、むし歯になりやすいので、
注意深く磨く必要があります。

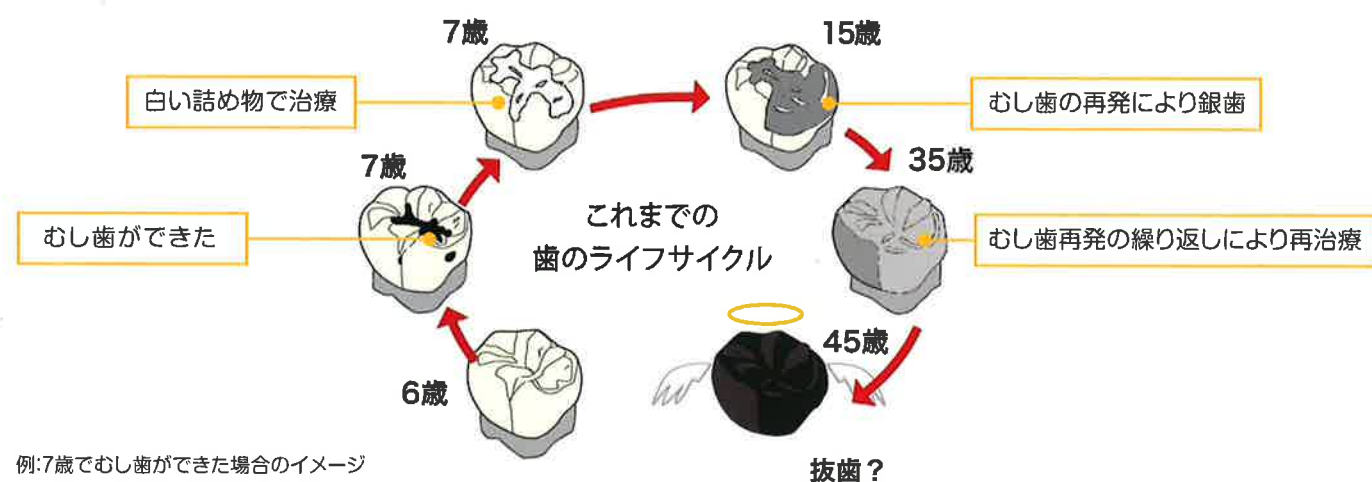


なぜむし歯は 繰り返されるのか？

むし歯のサイクル

むし歯の治療を繰り返すことで、自分自身の歯は、失われていきます。

歯を守るために、治療後は、定期的に歯科医院でお口のメンテナンスを受けることが大切です。



歯には、自己修復力はほとんどありません。

むし歯になってしまった場合は、むし歯菌に侵されてしまった部分を削り取る必要があります。

削り取られた部分に、詰め物(つめもの)や被せ物(かぶせもの)をすることで「歯」としての機能を取り戻します。しかし、1度削ってしまった歯は元に戻ることはありません。

「歯としての機能を取り戻す」為の「修復(治療)」をしても、必ず『歯』と『詰め物・被せ物』には、隙間が生まれます。

この隙間から、再びむし歯菌は侵入し、むし歯を引き起こしてしまいます。



歯を守るために、定期的に歯科検診を受診し問題を早期発見することや、治療後は、定期的に歯科医院へ行き、クリーニングなどのメンテナンスを受けることで、健康を維持していくことが大切です。

子どもの歯に関するQ&A

Q.私は歯ならびが悪いのですが、子どもも将来悪くなりますか？

A. 歯並びが悪くなる原因は幾つかありますが、乳歯がむし歯になってしまい早くに失ってしまうことや、歯と顎のバランス、遺伝的要因などがあげられます。歯医者さんへ行き、検診の際に確認を取ることが大切です。

Q.私は、むし歯が多いです。赤ちゃんもむし歯になりやすいですか？

A. むし歯になりやすい歯並び、歯の質、唾液の性質など、遺伝的なものも確かにありますが、赤ちゃんが育つ環境に影響されることが多いものです。この冊子の7ページに記載している「子どもの歯を守る3つのポイント」をしっかり実行することでリスクを減らすことは可能です。

Q.妊娠中に歯科治療を行っても大丈夫でしょうか？

A. 安定期(16~27週)であれば簡単な治療や処置は可能です。
治療せずにそのままにしておくほうが、妊婦に与える影響は大きいと考えられますが、治療内容や処方するお薬など、配慮することもありますので、妊娠中であることを伝え受診することが大切です。

Q.歯みがきはいつから行えばいいのでしょうか？

A. 乳歯が生え始めたら歯みがきの習慣づけをはじめることが理想的です。
母乳の場合は、むし歯になる可能性は低いですが、お口の中を衛生的にする意味でも、歯が生え始めたら歯磨きを開始して下さい。

Q.歯が生えてくるのが他の子より遅い感じがします。

A. 乳歯は、遅い場合は1歳を過ぎてからようやく生えてくることもあります。
生える時期には個人差がありますので心配のし過ぎも良くありませんが、歯医者さんを受診し検診を受けると安心です。

Q.大人の歯が生えてきたのに、乳歯がまだ抜けません。

A. なんらかの理由で、乳歯の根がうまく吸収できなかった場合が多く、早めの抜歯により、歯並びの不正を防止できることもあります。正しい診断を得るためにも歯科医院を受診しましょう。

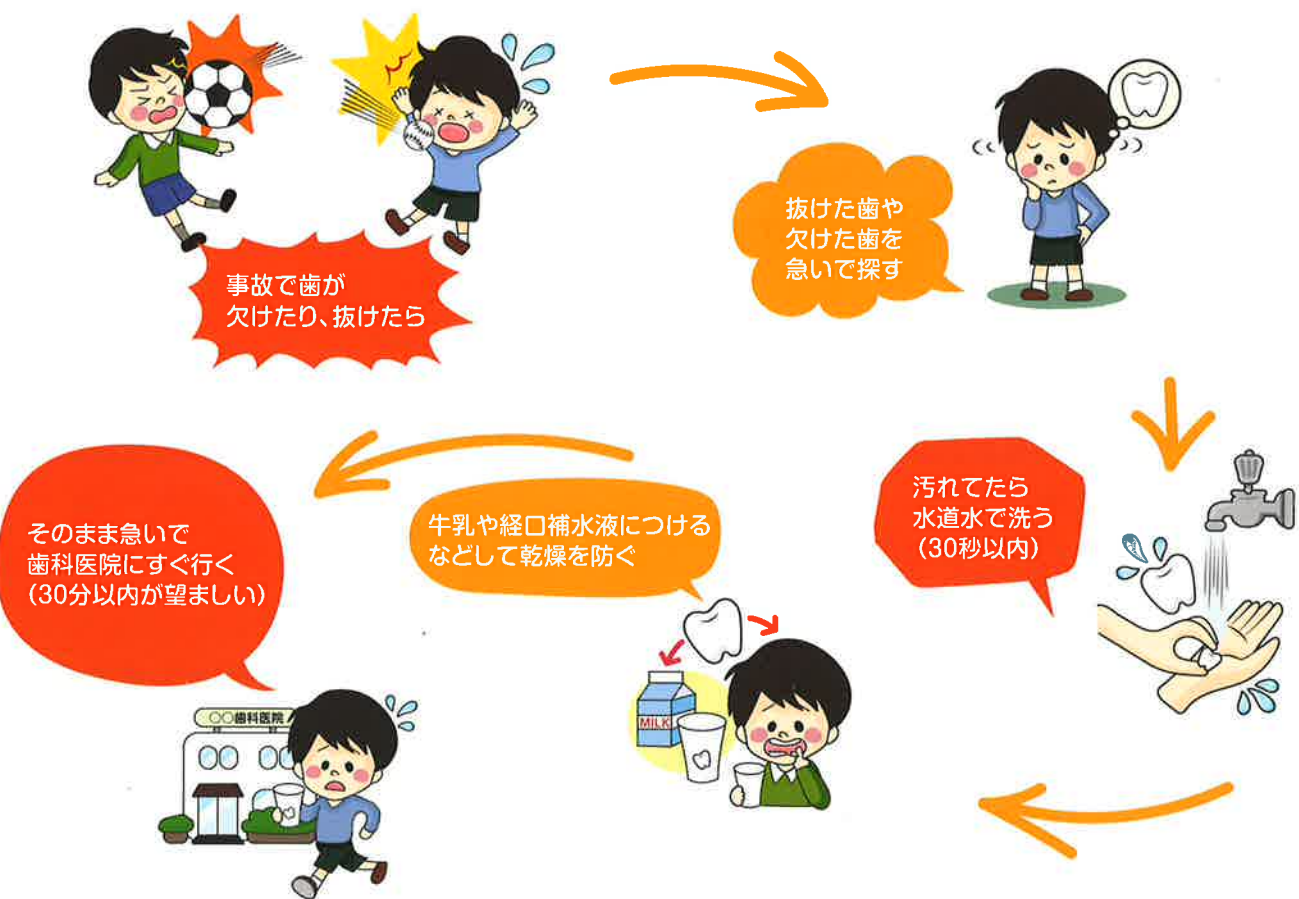
子どもの歯に関する疑問は、当院スタッフまでお気軽にお尋ねください。

事故などで、歯が 抜けてしまったとき

外傷

歯や口をケガしたときはできるだけ早く歯科医院を受診して下さい。外見上は異常がない歯でも見えない部分で大きな損傷を受けている場合もあります。外傷により歯が抜けた場合は、排水口に栓をして冷たい水道水だけで注意して洗い、決して歯の根を持ったりゴシゴシ洗わないでください。できれば歯の前後を間違えずやさしく元の場所に差し込み、ガーゼやハンカチで押さえる、または冷たい牛乳や経口補水液、コンタクトレンズの溶液に入れてください。頬と歯肉の間や舌の下に歯を入れてもかまいませんが、飲み込まないように気をつけてください。子どもが小さい時は保護者の口の中でもかまいません。乾燥させないことが大切です。その後ただちに歯科を受診してください。事故後30分以内に再び植えると成功することが多いです。

事故で歯が欠けたり抜けたら



日本小児歯科学会について

公益社団法人日本小児歯科学会は、小児歯科医療の発展と向上をはかり、小児口腔保健の充実と増進に寄与するため、本学会員の学問的・技術的向上はもとより、それらに関係する全ての領域と協力して、より良い環境の社会を作ることを目指しています。また、小児歯科学の進歩ならびに知識の普及に貢献し、もって医療に関する学術文化ならびに国民の福祉と医療の発展に寄与することも目的としています。

小児歯科専門医について

小児歯科専門医は、日本小児歯科学会が認定した高度な専門知識と治療技術を持つ小児歯科医です。小児歯科専門の歯科医院では、お子様にとって適正な診療とその後の口腔健康管理をしっかり行うことができます。また、長期にわたって歯や歯ぐき、歯並びなどお口に関するすべての健康管理体制も整っています。

小児歯科専門医の資格条件

- 5年以上小児歯科学会に所属すること
 - 学会が認めた大学や付属病院などの医療機関において5年以上にわたり相当の臨床経験を有すること
 - 小児歯科臨床に関する報告の発表
 - 専門医認定試験に合格すること。
- ※筆記試験と小児歯科に関する症例の提示と 諮問審査が厳正に行われます。



岩寺小児歯科医院には、複数の小児歯科専門医が在籍しております。