

お口の中のお手入れを始めましょう



※ 歯の生える時期やお手入れ方法は、あくまで目安です。

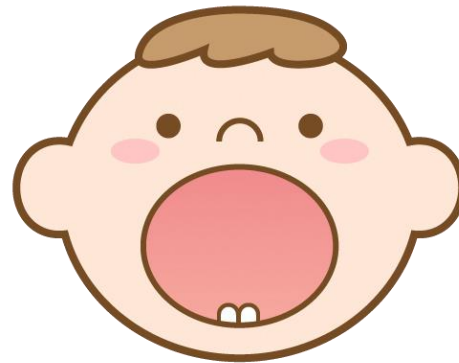


お口のマッサージ



ガーゼで優しく拭く

下の前歯が2本生える



ゴム状ハブラシや
リング状ハブラシを
歯がための代わりに渡してもOK!
(のどを突かない仕様のもの)

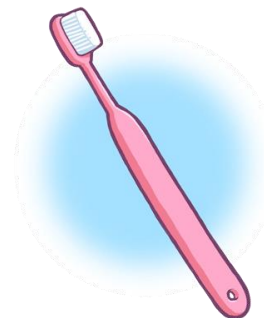


ガーゼ磨き
機嫌の良いときに
1日1回程度から

上の前歯が2本生える



こども用ハブラシ
噛んだり、吸ったり
遊ばせてあげましょう
(のどを突かない仕様のもの)



仕上げ磨き用ハブラシ
さわる程度から始めて、1日1回以上

上下前歯の両隣の歯が生える



仕上げ磨きのポイント

- 寝転んだ体勢が難しければ、座ったり、立ったままでも大丈夫
- 「磨く」と言うより「さわる」程度で（ハブラシの感覚に慣れるように）
- まずは歯の表側を、嫌がらなければ裏側もみがく
- 機嫌の良いときは磨ける範囲を、悪いときは無理せず前歯の表側だけ数秒磨いてみる

ガーゼ磨きの場所



上顎
(口蓋)

舌

歯

歯肉と
頬の間

「赤ちゃんは母乳やミルクだけしか飲まないからお口の中はキレイ」「お口の手入れは歯が生えてから」と思っていませんか？

実は、母乳やミルクでも汚れが残るので、歯が生える前からお手入れが必要なんです。そのままにしていると口臭の原因になったり、舌に汚れが残っていると離乳食の味も感じにくくなります。

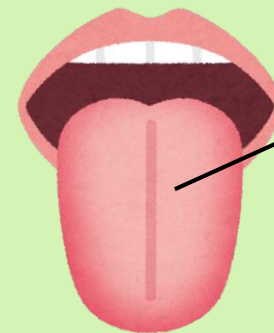
赤ちゃんの体調と機嫌の良いときに、1~2日に1回を目安にお口のお手入れを始めてみましょう！



ガーゼを濡らして人差し指に巻きつけて行います

※まずは頬・口周り・唇などをしっかりさわってからお手入れを始めましょう。

※ゴシゴシ拭くと傷がつきやすいので、優しく撫でるように触りましょう



白っぽくなっているのが
母乳・ミルクの汚れです

【注意】

カンジダ菌が原因で舌が白くなることがあります。
気になれば小児科または歯科を受診してください。

※カンジダとは…カビの一種。舌の表面や歯肉などに
乳カスのようなものが点状・地図状に
付く病気です。

こども安心課すくすく係