

## 保護者説明用ツール

# 子どもの歯ならびをキレイにする本

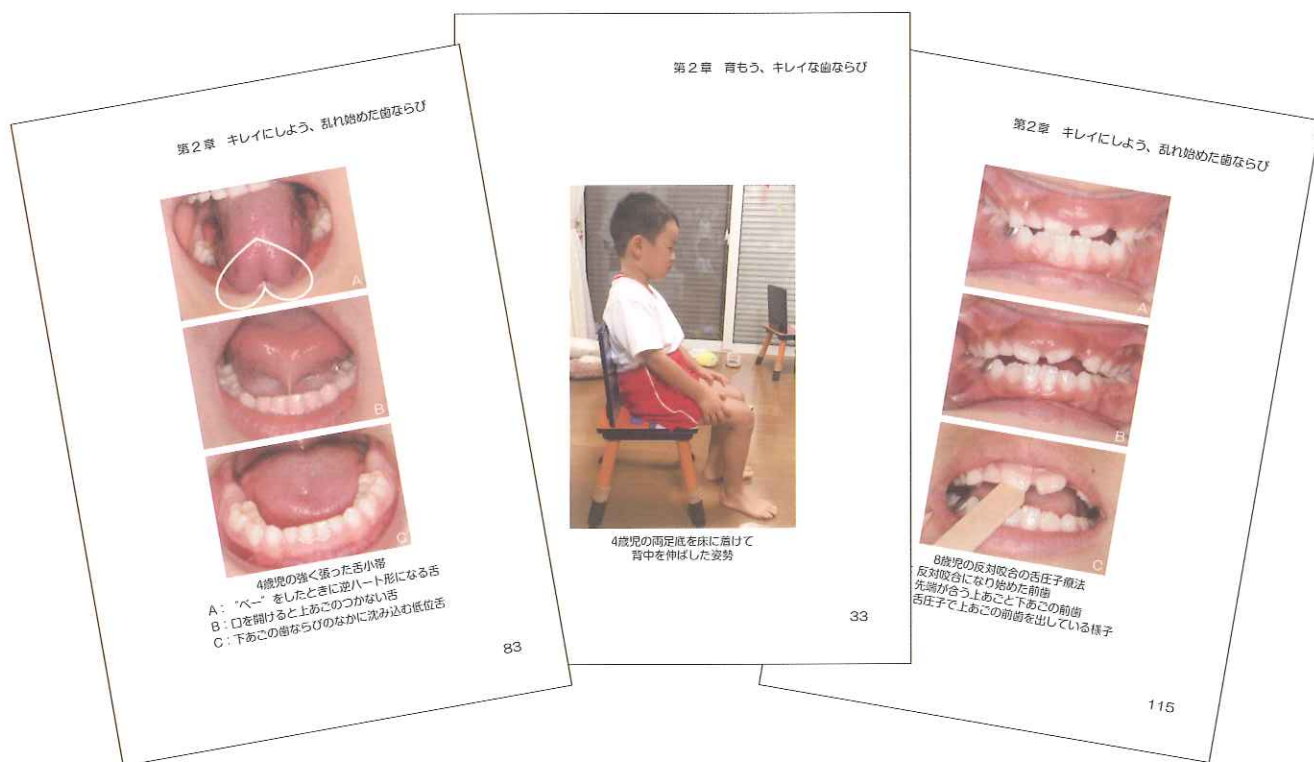
矯正歯科治療の前からできる養生と療養

### 保護者の方、特にお母さま方へ

乳歯が生え始めた頃から7歳くらいまでのお子さま向けの生活習慣と歯の生え代わりを、育て見守る養生と、見直して手助けする療養について書きました。

お子さまの歯ならびは、矯正歯科治療の前から養生、療養でもキレイにできます。歯並びの乱れの原因は遺伝だけではなく、生活習慣病でもあるのです。

今日からご一緒に楽しみながら歯並びをキレイにする養生と療養を始めましょう。



## 子どもの歯ならびを キレイにする本

著者：佐橋喜志夫

■ サイズ B6判 / 144 ページ

〔定価〕 1,500 円 + 税

発行元：東京臨床出版

発売元：(株)モリタ

●お申し込みは、お出入りの歯科商店または最寄りの(株)モリタまで。

# 保護者の方、特にお母さま方への説明用ツールに一。

はじめに

## 第I編 育もう、キレイな歯ならび -養生編-

### 第1章 知っておこう、キレイな歯ならび

1. 気になる歯ならび  
歯ならびは遺伝する！?  
キレイな歯ならび、乱れた歯ならび  
歯の数や形、大きさが変わる歯ならび  
顔つきで異なる歯ならび  
笑顔で変わる歯ならび  
笑顔を変える歯ならび  
最近の子どもの歯ならび
- 2.キレイな歯ならびがもつパワー  
コミュニケーション力がアップする  
注意力がアップする  
ストレスを和らげる

### 第2章 育もう、キレイな歯ならび

1. 身につけよう、生活習慣  
姿勢を整えるわけ  
姿勢を整えよう  
口を閉じて鼻で呼吸するわけ  
口を閉じて鼻で呼吸をしよう  
奥歯でよくかむわけ  
奥歯でよくかもう  
口の癖をつけないわけ  
口の癖をつけないようにしよう  
乳歯のむし歯を予防するわけ  
乳歯のむし歯を予防しよう
2. 見守ろう、歯の生え代わり  
歯の数や形、大きさが大切なわけ  
歯の数や形や大きさをみよう  
順調な生え代わりが大切なわけ  
順調に生え代わるかどうかを見守ろう  
順序よい、左右対称な生え代わりが大切なわけ  
順序よい、左右対称な生え代わりを見守ろう  
お子さまのペースで見守ろう

ひとり言その1 “キレイ”は生活必需品

## 第II編 キレイにしよう、乱れ始めた歯ならび -療養編-

### 第1章 行ってみよう、歯医者さん

1. どの歯医者さんに行くとよいですか
2. 嫌がる子どもはどうしたらよいですか -インフォームドアセント-
3. 矯正した方がよいですか

よく調べてみましょう -矯正歯科治療のための検査-  
いつから治すとよいでしょう -早期治療の開始時期-

### 4. どういう意味ですか -歯科用語-

## 第2章 キレイにしよう、乱れ始めた歯ならび

1. 見直そう、生活習慣  
うつぶせ寝や猫背、横座り、ほほづえをやめよう  
口呼吸をやめよう  
習慣性口呼吸をつくる上唇小帯  
鼻性口呼吸を手伝う舌小帯  
前かみ、片かみ、早食いをやめよう  
口の癖をやめよう  
治療しよう、乳歯のむし歯
2. 手助けをしよう、歯の生え代わり  
抜け落ちない乳歯を抜こう  
引っかかる隣の乳歯を削ろう  
引っかかる隣の乳歯を抜こう  
生えるよう歯茎を切開しよう
3. キレイにしよう、乱れ始めたさまざまな歯ならび  
叢生 -デコボコの歯ならび-  
空隙歯列 -すきっ歯-  
上顎前突 -出っ歯-  
反対咬合 -受け口-  
療養例 圧指療法  
療養例 摂食療法  
療養例 舌圧子療法  
過蓋咬合 -奥歯でかむと下の前歯がみえない歯ならび-  
開咬 -前歯が開いた歯ならび-  
交叉咬合の療養 -横方向にずれた歯ならび-  
唇顎口蓋裂がある歯ならび  
歯の数や形や大きさに問題がある歯ならび  
あごの関節にずれのある歯ならび

## 第3章 気をつけよう、顔のケガ

1. 口のケガに気をつけよう  
口のケガに気をつけるわけ  
口のケガをしたら
2. 口以外の顔のケガにも気をつけよう  
顔のケガに気をつけるわけ  
顔をぶついたら

ひとり言その2 恐怖の“歯抜き”への神対応

おわりに

おもな参考文献

## 「子どもの歯ならびをキレイにする本」申込書

氏名	
医院名(大学名)	電話( ) -
お届け先	.....
歯科商店名	