



まほうつ会新聞

発行日：2021年7月1日 №16



医療法人
まほうつ会



いよいよ7月になりました。少し梅雨の気配が残ってはいますが、晴れ間に本格的な夏の日差しを感じることができます。

この季節はお風呂上がりのアイスクリームやジュースが美味しく感じる時期ですが、とり方を間違えると、むし歯の原因になります。基本的にジュース類はとらない。アイスクリームはビニール入りの棒キャンデーではなく、ソフトクリームやカップアイスといった短時間で食べるものの、食事と間食の間隔は2時間以上あけることが原則なので、食事の直後に食べないのであれば、時間をあけて食べることといった工夫をしてとるようにしましょう。



梅雨明けが待ち遠しい今日この頃です。そして、早いもので7月。1学期もまとめの時期となりますね。園や学校からお子様の歯科健診の結果のお知らせが保護者様のお手元の届き、お早目の歯科受診・治療を勧められておられるご家庭もあると思います。

その中は「歯並び」「噛み合わせ」などの指摘や表記があり、どうしたらいいのかななど迷われていませんか。まほうつ会両院では、咬合誘導治療（矯正治療）を行っております。そこで、今月号より咬合誘導治療（矯正治療）について数回に分けてご案内いたします。

また、無料のカウンセリングも随時行っております。ご希望の際はお声掛けください！



歯並びや上下の歯の咬み合わせが悪い状態を不正咬合といいます。不正咬合は口もとの表情に悪い影響を及ぼすだけではありません。不正咬合は歯磨きが自体が難しくなり、むし歯や歯ぐきの病気にかかりやすくなったり、食物が十分に噛めなくなったりします。また、あごの成長にも悪い影響を及ぼすこともあります。

咬合誘導治療はさまざまな装置を使用して、子ども達のもつ成長力をを利用して不正咬合を治療し、正しい歯並び、咬み合わせを誘導することで、口の健康、表情の回復をします。



咬合誘導（Ⅰ期治療）

乳歯が口腔内にある状態での矯正治療

骨格・噛み合わせ > 歯並び・見た目

骨格の不正や下顎の位置のズレといった、成長期にしかできない治療を行うことができます。

本格矯正（Ⅱ期治療）

全ての永久歯は生えそろった時に進行治療

骨格・噛み合わせ < 歯並び・見た目

歯並びをきれいにして、しっかりと噛ませます。制約はありますが、大人になってからも可能です。基本的に顎の骨の成長が落ちついでから行います。

治療期間単純なものでは2～3ヶ月程度ですが、本格的な矯正治療になると2～3年かかることが多いです。時期や期間については矯正検査を受けるとある程度予測ができます。一度検査だけでも受けられることをお勧めします！

STAFFへ
お気軽にお問い合わせお声掛けください★

不正咬合の影響と種類について

1 不正咬合（悪い歯ならび）は心身に大きな影響を与えます



2 不正咬合の種類



3 不正咬合の原因

原因がわかれれば、防ぐことも可能です

クセによるもの



乳歯は永久歯が正しい位置に生えるためのリード役です



乳歯がいつまでも残っていると



乳歯が早期に失われると

他にも不正咬合の原因は、遺伝によるものや、アレルギーなどの体質によるもの、歯の大きさと顎の大きさの不調和によるものがあります。

⇒裏面もご覧ください！



こんにちは！栄養士の馬場です！
皆さん知っている初めての離乳食はどういった食べ方でしょうか？昔から浸透している方法は、火を通した野菜をペースト状にして食べさせてあげますよね。これからご紹介する食べ方は、従来と180度違う方法です。驚かれる方も多いと思いますが、やり方や万が一の場合の対処法を知っておけば全く心配は入りません。



BLWってなに？！

Baby Led Weaning と言って、「赤ちゃん・主導の・離乳」という意味です。この頭文字をとって、「BLW」と言います。最近では、SNSでよく目にします。BLWは、イギリスの助産師でもあり、保健師のジル・ラブレイさんによって提唱されました。

この離乳の進め方はBLWといって、『赤ちゃん主導の離乳食』という進め方です。食べ物も同じで、**6ヶ月**に入ると赤ちゃんは自分の手で食べ物を掴み、口に食べ物を運びます。これは、よく聞くフィンガーフードという食べ方です。

メリットとデメリット

BLWのメリット、デメリットも気になるところですよね？



デメリットは『3つ』

- ・散らかる
- ・食材をもったいないと感じる
- ・周りの理解を得にくいことがある

メリットは『9つ』

- ・赤ちゃんも家族も楽しい
- ・家族と一緒に食卓を囲める
- ・本物の食べ物は何なのか学べる
- ・安全に食べるものは何かを学べる
- ・より多くの食べ物と出会える
- ・手と目の協調運動と指先の器用さを向上させる
- ・自信がつき、自尊心が生まれる
- ・離乳食を作る時間が短縮できる
- ・赤ちゃんとの食事の奮闘が減る



デメリットはもちろんありますが、その分メリットの方が多いかもしれません。



準備ってなにが必要？！

『エプロン』

使っても良いですが、赤ちゃんの動きを妨げてしまうことも視野に入れましょう。



『食器』

BLWを始めた頃は、お皿やスプーンは気にしなくて大丈夫です。

清潔なテーブルの上にそのまま食材を並べるだけです。キャラクターやデザインがあるお皿は、赤ちゃんが食べ物ではなくお皿に興味を持ってしまい、食べ物に集中出来なくなってしまうためです。

それでも抵抗がある場合は、シンプルなデザインのないお皿を使用しましょう。



新聞やレジャーシートを床に敷いて、汚れた場合はそのまま包んで『ポイ』しましょう！！

何をどのくらい摂ることが必要

家族が健康的な食事をしていれば、その中から取り分けるだけです。

- ①落とすことが多いので、最初の量は多めに準備を。
- ②**3～5品を目安に。**
- ③完食を求める必要はない。



始めのうちは、食べ物で遊び、どんなものか様子をみることが多いので、たくさんの量は食べません。口に入るのは、ほんのわずかです。母乳やミルクが食事のメインなので、少ないとあって心配する必要はありません。

手掴みや固形食の断片的な要素ではなくて、一番重要なのは、赤ちゃん主導の離乳であることです。赤ちゃんの能力を信じて、親はその環境を与えるだけで十分です。

必ずしも、BLWを絶対しなきゃいけない、というわけではありません。

従来の方法で進めても、BLWで進めても、**お母さんが楽しく育児ができ笑顔でいることが、赤ちゃんの幸せ、成長に繋がります。**



食事のバランス必要？

最初の数ヶ月は、口に運ぶ量、食べられる量もその時々で違います。大半は、母乳かミルクで栄養は摂れているので、「遊びながら食べる練習をしている」と軽く考えて、献立に気を取られないようにしましょう。



詳しくお話を聞きたい方は、いつでもお気軽にお声掛けくださいね♡♡



7月の診療カレンダー

- 平日**
8:20~11:20
13:20~17:40
土曜
8:00~11:40
13:40~17:20
午後診察
①14:00~17:40
②14:20~17:40

| SUN | MON | TUE | WED | THU | FRI | SAT |
|-----|-----|-----|----------|-----|-----|-----|
| 27 | 28 | 29 | 30 | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 午後診療② | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

| SUN | MON | TUE | WED | THU | FRI | SAT |
|-----|-----|-----|----------|-----|-----|-----|
| 27 | 28 | 29 | 30 | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 午後診療① | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |