

歯 科

歯科保健指導の方法について

発表者 池田 てるみ

I はじめに

昭和47年歯科口腔外科来院患者のうち6才未満が全体の63%を占めて、そのうち66.9%は齲蝕治療のため通院しています。その中には1才の幼児も含まれていますので、幼児に口腔衛生について正しい知識を与えよい習慣づけができるようにするには、母親が育児の中に正しい知識を取り入れる必要があると思います。そのため昭和47年4月より現在まで27名の患者に保健指導を行なってみました。今回はいろいろの家庭環境の中から大家族と核家族の場合をとりあげ報告したいと思います。

II 指導内容

(1) 乳歯保護の重要性

- 咀嚼器官として大切です。
- 発音に大きな関係があります。
- 乳歯と永久歯との交換が正しく行なわれます。

(2) 乳歯萌出の時期と順序

(3) 萌出後の注意

乳歯が4本生えたらブクブクうがい、奥歯が生えたら歯ブラシを使う練習を、子供だけでは充分できませんのでお母様もいっしょにやってみましょう。歯が生えたら授乳後は綿花やガーゼできれいにふいてあげましょう。特に上顎前歯部唇面、乳臼歯隣接面、咬合面に注意しましょう。

(4) 食習慣 間食について

甘いものを果物や野菜に変え定期的に与えましょう。甘いものを食べた後はブクブクうがいを1日3回食後3分以内に3分間はみがきを励行しましょう。

(5) 定期的検診しましょう。

(6) 母親に対する刷掃指導

上の歯は上から下へ、下の歯は下から上へ、歯ブラシを回転させながら磨きましょう。

III 症 例

患者 ○羽○子 昭和45年1月29日生

3才4カ月

家族歴 父34才 母29才 祖父64才 祖母59才 曾祖父母84才 養祖母79才 妹1才

両親血族結婚

既応歴 なし

妊娠中は母体は健康

つばりは軽かったが食物摂取は割合少なかった。

家庭環境 父、祖父会社員

家には母親の他3人の祖母があり、育児家事を担当している。

口腔内状態

暴発性齲蝕がみられる。

はみがきは就寝時、ときどき行なり。

カラーテスターで歯垢沈着状態を見ると、歯垢沈着著しく清掃状態悪い。

食事 間食について

i) 与え方 不規則

ii) 種類 菓子類 ケーキ キヤラメル チョコレート ビスケット

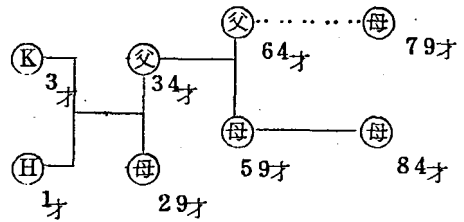
o 飲み物 牛乳1日2本(砂糖を加えて) ジュース1本 カルピス2杯

ジョア1本(時々) この他パルシ(名糖)を1日2回与えていたが3才児検診時注意されやめた。

iii) 嫌いなもの チーズ 夏みかん

iv) 母親の間食に対する態度

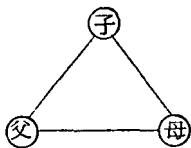
間食は祖母によって与えられ菓子屋にいったらアメ、チョコレートを買って与えている。



C ₂ C ₂ C ₂ C ₄ C ₃	C ₃ C ₃ C ₃ C ₃ C ₂
E D C B A	A B C D E
E D C B A	A B C D E
C ₂ C ₂ C ₂ C ₂ C ₂	C ₂ C ₂ C ₂ C ₂ C ₃

問題点

1. 家族関係について



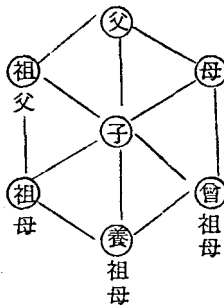
世間一般によいと言われる親子の関係は正三角形の関係であり、子供は父と母のしっかりとした基盤の上にその頂点を結んでいる。この正三角形の他に祖父母が加わり他との関係が生じたとき一般にいろいろと問題が起るといわれている。

患児の家庭の場合

i) 子供を中心に6角形の形となる。

ii) 父、祖父は会社員にて家庭外で多くの時を過ごす。

家庭では子供2人に養育者4人であり、祖母による育児は子供中心というより自分中心の考え方になり易いのではないか。



iii) 家庭内における母親の主体性がはっきりしない。

iv) 子供同志の人間関係が少ない。

2 生活習慣

i) 口腔衛生知識について

母親へのローリング法に対するアンケートの結果では歯を磨くことは食物のかすをとるためと理解しており就寝時のみ磨いている。

正しい歯みがきの方法については知らない。

ii) 保護者が絶えず口の中を注意する習慣がない。

iii) 歯みがき、うがいの習慣が生活の中にとり入れられていないため、うがいや歯みがきが充分できない。

3. 食習慣

i) 間食の与え方が不規則であり、その種類に問題があります。

ii) 多すぎる飲み物、栄養的に糖質ばかりに片寄り、ビタミンや蛋白質が不足しています。

iii) 家庭が祖母を中心としており、大人中心の献立と食事の規則がある事が考えられます。

iv) 間食が母親の思い通りに出来ない。

v) 乳酸飲料が多い。

解決策

1. 家族関係について

子供の育児については、正三角形にもどした形で行なう。家庭内における母親の立場を明確にし、はみがき指導、間食は必ず母親を通して行なう。この方法は母親の思い通りの育児は出来るが祖母の満足を得られず問題がある。

患児の場合

母親、祖母の間でおやつとの与え方、種類、歯みがきやうがいの習慣について規則をつくる。実行の方法は日、時間を決めて与える。現在では1人1日1回与えても4回のおやつを受けたことになる。

規則が決められない時には家庭内で子供に対する父親の立場をはっきりさせ統一をはかる。年老いた祖母については散歩等の相手を子供にさせることによって老人に対する労わりの気持ちを育てるようにする。子供同志の影響が現在の所少ないが妹がいるので妹への影響も考え、この機会に良い習慣を身につけるよう話し合う。

2 生活習慣

i) 母親へ口腔衛生知識の普及をはかる。母親を通じ祖母へも教育する。

正しい歯みがき習慣を身につけるよう指導する。1日3回食後3分以内に3分間必ず実行するよう指導する。幼児が正しい知識を得るためにも母親へも規則的な配慮と根気のある実行力を身

につけさせよう。

- ii) 幼児にブクブクうがい、はみがき指導を行ない、歯と口をいつもきれいにする習慣を身につけさせよう。
- iii) 保護者が絶えず口の中を注意する指導を行なう。
- iv) 食べた後は必ずうがいをさせる。
- v) 定期検診を行なう。

3 食 習 慣

- i) 間食について祖母、母親の間でいつ何を与えるか規則をつくる。
- ii) 甘いものを果物や野菜にかえる。蛋白質やビタミンの多いものを摂取するよう考える。
- iii) 大人中心の献立を子供の食べやすいよう工夫する。
- iv) 食事のリズムを整え決められた時間に与える。
- v) 乳酸飲料をさける。

指 導 結 果

はみがき指導 患児へ3回にわたって指導を行なった結果、うがいは出来るようになり、食後必ず行なっている。はみがきはまだ上手に出来ないで母親の補助と指導を期待したい。母親もローリング法が出来るようになり朝夕必ず実行している。

食生活指導については間食への配慮もされるようになり出来る限り甘いものを減らし献立も子供用として別に作るようになった。

症 例 2

患 者 ○中○士 昭和43年3月16日生

5才3ヶ月

家族歴 父37才 母33才 妹1才

既応歴 なし

家庭環境 父公務員 母育児の中心

口腔内状態

カラーテスターによる口腔内状態は
歯垢沈着は余りみられなかった。はみがきは1日2~3回行なっている。

AF	AF
E D C B A	A B C D E
E D C B A	A B C D E
M ₁ M ₁	

食 事 間食について

- i) 与え方 不規則
- ii) 種類 ○菓子類せんべい チョコレート ガム
 - 果物類
 - 飲み物 牛乳1日1本 カルピス1杯 ブラッシー1本
- iii) 嫌いなもの 魚 スパゲッティ

iV) 母親の間食に対する態度

食べたい時に食べたいものを与える。

問 題 点

1) 家族関係

母親が育児の中心であり特に問題ない。

2) はみがき習慣

はみがき或いは、うがいが正しい方法で行なわれていない。

3) 食習慣

o 偏食傾向がみられる

o 間食の種類、与え方に問題がある。

解 決 策

1 家族全員ではみがき習慣を身につけよう。

母親に正しい歯みがき指導を行なう。

2 食習慣

i) 偏食をなくすよう調理に工夫しよう。

ii) 間食の種類、与え方を考えよう。

指 導 結 果

患児、母親ともに正しい方法で歯みがきができるようになった。口や歯について興味を示し、間食もチョコレートやガムから果物に変え幼稚園児であるので夕食との関係を考えた上でおやつ
の与え方にも注意するようになった。

Ⅳ お わ り に

以上2例の指導の結果を報告しましたが、1例は大家族であり、1例は核家族での保健指導でした。それぞれの長所短所を熟知した上で、もっと育児の中に口腔衛生についての知識を取り入れられるよう、いろいろの角度より検討を加える必要のあることを痛感しました。

これからもより良い保健指導をすすめていきたいと思えます。