

## (2) 大切な乳歯

乳歯は、上の歯10本と下の歯10本の計20本です。

“乳歯はどうせはえ変わるんだから、少しくらいむし歯になっても大丈夫”なんて思っている方はいませんか。



### ◆ 乳歯のはたらき

- \* 食べものを噛み、消化吸収を助ける。
- \* 発音を助ける。
- \* 顔の形を整え、顎の発育を助ける。
- \* 永久歯が正しい位置にはえてくる目印になる。

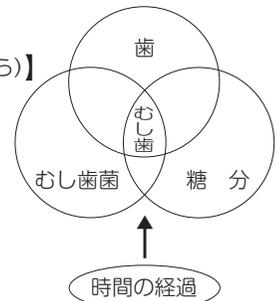
乳歯は永久歯とはえ変わる10～11歳位まで、いろいろな場面で活躍します。大切にしましょう。

### ◆ むし歯のでき方

歯は口のなかのむし歯菌、食べものに含まれる砂糖、持って生まれた歯の質、そして時間の経過、これらがそろった時にむし歯になるといわれます。むし歯になる条件をひとつでも小さくしたり、取り除くことが必要です。

むし歯を防ぐには

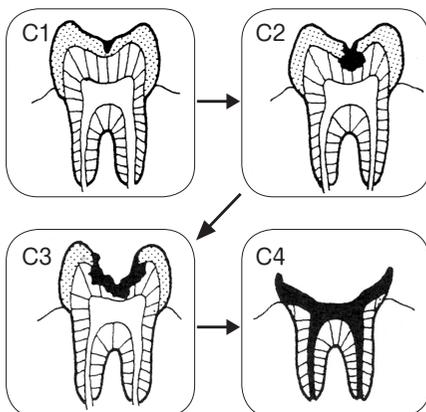
- \* 強い歯をつくる。  
【栄養のバランス（歯がはえる前）・フッ化物の利用（歯がはえてから）】
- \* むし歯菌を減らす。  
【歯みがき】
- \* 甘い食べものや飲みものをコントロールする。  
【糖分の制限】



### ◆ むし歯の進行

一度むし歯になってしまった歯は、決して元には戻らず進んでいくばかりです。

困ったことに始めのうちは、痛みを感じる自覚症状もありません。乳歯は永久歯に比べてむし歯に対する抵抗力が弱く、歯の厚さも薄いのでむし歯の進行が早いです。



|    |  |
|----|--|
| C0 | 歯の表面に黒いところや不透明な白いにごりができます。まだ穴はあいていません。                           |
| C1 | 歯の表面に小さな穴ができます。自覚症状はほとんどありません。                                   |
| C2 | 軽いほうですが、神経に近くなっているので、放っておくとすぐに重症のむし歯に進行します。冷たいものや甘いもので痛むことがあります。 |
| C3 | 神経まで達したむし歯。放っておくと歯の根の先まで影響を及ぼし、永久歯に影響する場合もあります。                  |
| C4 | 歯はほとんど崩れ、根だけが残っている状態。  |