

# 「指しゃぶり」に関する知識と注意点や患者さん自身に知っておいていただきたいこと

指しゃぶりはかわいいしぐさだが、4、5歳を過ぎても続く場合は注意した方がいい。歯並びやかみ合わせに影響することがある。

▽ストレスが関与  
乳児の指しゃぶりは、母乳を飲むため

の生理的な現象。ただ、指しゃぶりをなかなかやめないことがある。その影響について、昭和大学歯学部（東京都）の圧力と舌の圧力が掛かること

悪くなる。さらには、あごの骨格が変形することもある。指しゃぶりをやめさせるには、単にしかったりして無理

「それともしゃぶる指に酢やレモンなど子供が嫌がるものを塗ったり包帯を巻いたりして、しゃぶりをやめさせるよりも、子供の生活のリズムを整えた方がいい。」

## 歯並び、かみ合わせ影響も

とによって均等に整えられま

にくくすると効果的です」と新谷教授はアドバイスしている。（メディアカルトリビュン 時事）

### 4、5歳過ぎたら注意を

指で上あごの前歯部を押すのでいわゆる出っ歯になりやすいのです」

まず、どういうときに指をしゃぶるのかよく観察してください

ストレスの原因が分かればそれを取り除いて、子供と外で遊ぶなどの機会を増やすようにしたい。

指しゃぶりはかみ合わせに影響する



その結果、当然かみ合わせも

昭和大学歯科病院の所在地は、郵便番号145-8515 東京都大田区北千束2の1の1。電話03(3787)1151(代表)。

子供の指しゃぶり