

大池小児歯科のテーマは「予防を身につける」ことです。

なぜかというと、今の大人を見ていると、歯と歯の間を掃除する習慣が身についていない方がとても多いからです。その状態で大人になってから何度も練習しても、なかなか結果が出ません。

これは、ピアノと同じです。

小さい頃からピアノを習っている人は楽譜が自然に読めますが、大人になってから急に楽譜を読もうとしても、簡単にはできません。

予防もまったく同じです。

今は「子どもに予防をさせているだけ」の状態だと、本当に身につかないまま成長してしまいます。そのまま中学生・高校生・社会人になると、だんだん虫歯は増えていきます。

ライオンが獲物を取れるようになるのも、鳥が空を飛べるようになるのも、生まれつきではなく、練習して身に付いているからです。

歯みがきやフロスも、同じ「技術」です。練習しなければ、身につきません。

だから大池小児歯科では、小学校の間は毎月通ってもらい、染め出しをして、30分しっかり歯みがきとフロスの練習をします。

学校では教えてくれません。塾でも、東大に行っても教えてくれません。フロスの技術を教えられるのは、歯科医院だけです。

お家で毎日、子どもを30分きちんと椅子に座らせて歯みがきの練習をさせるのは、正直むずかしいですよね。

だからこそ、小学校高学年になると「歯みがきマスター制度」が始まります。子ども自身が磨いたPCR値が30%になれば、将来はとても有望です。その達成後は、来院頻度も月1回から2~3ヶ月に1回へと変わっていきます。

特に男の子は、フロスの習慣化がとても大切です。

将来忙しくなり、夜は遅くなり、土曜日が休みでも病院に行けないことが増えるからです。

完璧じゃなくていい。でも、なんとか続いている毎日が大事です。

小学生のうちに毎日フロスをする経験を積んだ子は、中学・高校、そして20代になっても、週に2~3回は自然とフロスをしてくれます。

仕上げ磨きのときは、夜だけでいいので、必ず毎日フロスをしてください。それが、将来歯で困らない大人への一番の近道です。