

## 投稿「赤ちゃんの歯ぎしり」

今年遅ればせながら長女のところに男の子が生まれておじいちゃんになりました。

孫が生後6カ月で上下の前歯がはえて、歯ぎしりをするので困ったという話を聞いたので、ネットで調べてみました。というのも、大人の場合、歯ぎしりの原因は主にストレス等だと聞いていましたが生後6カ月の幼児にストレスがあるのかなと疑問に思ったからです。

調べた結果は、下記のとおりです。

長女も、うちのばあさんも歯ぎしりする幼児に「ダメでしょ」と注意してやめさせていたみたいですがその必要はなかったみたいです。

本田 海太郎

## 「赤ちゃんの歯ぎしりについて」

歯ぎしりは大人だけのものではありません。子供にも歯ぎしりがあります。そして赤ちゃんにも。

赤ちゃんに歯ぎしりがある事を知っていらっしゃる方は少ないかもしれませんが、丁度乳歯が生え始める頃の6ヶ月辺りに赤ちゃんの歯ぎしりが始まると言われています。大人の歯ぎしりの場合は極力止められる様に治療や予防をしていく必要があるのですが、赤ちゃんの歯ぎしりは成長過程で大切なものとされています。

では赤ちゃんの歯ぎしりが成長過程に大切な理由をお話しましょう。赤ちゃんの歯ぎしりは歯や顎が正常に成長していく上でとても大切なものです。

赤ちゃんが歯ぎしりをするのは噛み合わせる際の顎の位置を決める為と言う説もあります。又、歯が生える為にはその歯に必要なスペースが決まっています。そのスペース確保の為に歯ぎしりをしているという説もあります。

小さな赤ちゃんが歯ぎしりしているのを聞いてしまったら、心配せずにはいられないでしょうが、心配の必要はありません。大人の歯ぎしりの様に原因が精神的ストレスであったりすれば話は別ですが、赤ちゃんの場合その様な原因ではない為大丈夫なのです。

子供は2歳後半から3歳に掛けて個人差は有るものの乳歯が生え揃ってきますから、歯に関する心配事があるのであればこの時期に相談すると良いでしょう。

赤ちゃんの頃からの歯ぎしりが続いて気になる方も同じくこの時期に診てもらう方が良いでしょう。2歳を過ぎての歯ぎしりは歯の減りや歯茎の炎症など、歯ぎしりによる悪影響が出てくる恐れも稀にあります。

赤ちゃんの歯ぎしりは寝ている時だけでなく、起きている時も続くものですが、心配は要らないので覚えておくと良いでしょう。赤ちゃんの歯ぎしりを知らずに驚く事がない様にしましょう。