

気になる『指しゃぶり』いつまで？

「指しゃぶりはいつまでしてよいのか」と気になっている保護者の方も多いとおもいます。

日本小児歯科学会では、**3歳までは無理に禁止する必要はない**と言われています。

赤ちゃんは2～3ヶ月頃になると指しゃぶりはじめます。

この時の指しゃぶりは誰もがする生理的な行動であり、なめたり、口に入れたりすることでは色々なものを認識していきます。

なので小さいうちの指しゃぶりは無理にやめさせる必要はありません。

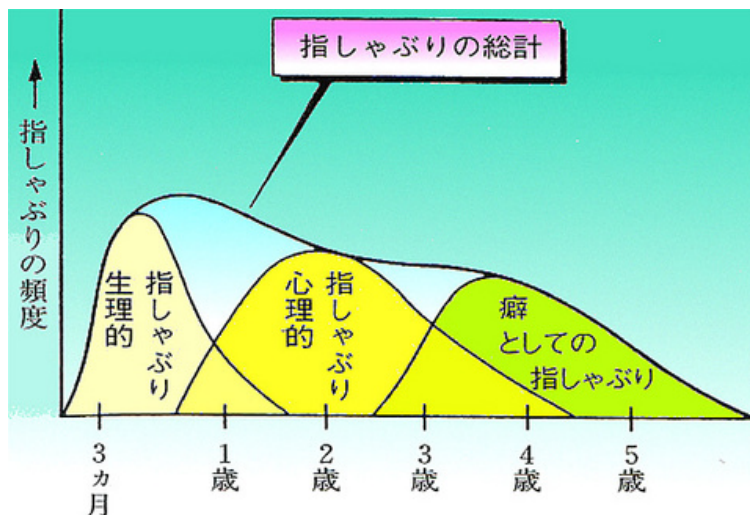
指しゃぶりは年齢が上がるにつれて生理的なものから

心理的なもの、癖に移行すると考えられています。

手を使った遊びをたくさんして、日中の活動をしっかりすることで減少していくと言われていますが、

4歳以降も頻繁な指しゃぶりが続く場合は歯並びが悪くなる原因になる事もあるので

小児科医や歯科医に相談してみましょう。



指しゃぶり以外もこんな癖に注意！

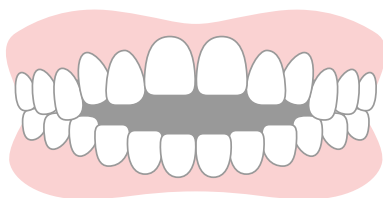
- タオルや洋服の袖などを噛む癖
- 下唇を噛む
- 口呼吸…など



長期間続くと

歯並びが悪くなる原因になることがあります！

開咬・・・前歯が噛み合わない



上顎前突、出っ歯

