



# 子どもの 口腔機能 発達不全症 UPDATE

～口腔習癖・食べ方・食生活指導  
を含めたアプローチ～

編著 土岐 志麻・新谷 誠康



表2 離乳食のステージと口腔内外の状況

|                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <p>離乳初期<br/>(生後 5 ~<br/>6 カ月頃)</p>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 口腔外の動き：上唇は形が変わらず，下唇が内側に入る (写真①)．口を閉じて飲む</li> <li>● 口腔内の状態：まだ歯の萌出がないことが多い (写真②③)</li> <li>● 学び：食べ物を嚥下 (飲み込み) 反射が出る位置まで送ることを覚える</li> </ul> <p>【支援のポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・口に入った食べ物が口の前から奥に少しずつ移動できるよう，滑らかにすりつぶした状態に (写真④)</li> <li>・スプーンは細く，平らに近いもの．まだ舌が出てくることが多いと思われ，そのストッパーがついているスプーンもある</li> </ul>     |
| <p>離乳中期<br/>(生後 7 ~<br/>8 カ月頃)</p>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 口腔外の動き：上下の唇がしっかり閉じて薄くみえる．左右の口角が同時に伸縮する (写真⑤)</li> <li>● 口腔内の状態：下顎前歯萌出 (写真⑥)</li> <li>● 学び：口の前のほうを使って食べ物を取り込み，舌と上あごでつぶしていく動きを覚える</li> </ul> <p>【支援のポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・平らなスプーン (初期より少し大きなスプーン) を下の唇にのせ，上唇が閉じるのを待つ</li> <li>・舌でつぶせる固さ (豆腐ぐらいが目安) (写真⑦)</li> <li>・飲み込みやすいようにとろみをつける工夫 (写真⑧)</li> </ul> |
| <p>離乳後期<br/>(生後 9 ~<br/>11 カ月頃)</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 口腔外の動き：上下の唇がねじれながら協調する．口角が左右，交互に引っ張られる (写真⑨)</li> <li>● 口腔内の状態：上下の前歯が萌出している (写真⑩)</li> <li>● 学び：舌と上あごでつぶせないものを歯ぐきの上でつぶすことを覚える</li> </ul> <p>【支援のポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・歯ぐきで押しつぶせる固さ (指でつぶせるバナナぐらいが目安) (写真⑪)</li> <li>・くぼみのあるスプーンを使用．お口の中に突っ込まないように，スプーンの前のほうに食物を置けるよう，少し横幅のあるスプーンがお勧め</li> </ul>       |
| <p>離乳完了期<br/>(生後 12 ~<br/>18 カ月頃)</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 口腔外の動き：前歯でのかじり取りが行える．唇はしっかりと閉じる (写真⑫)</li> <li>● 口腔内の状態：上下の前歯が 8 本が萌出している (写真⑬)</li> <li>● 学び：口に詰め込みすぎたり，食べこぼしたりしながら，一口量を覚える</li> </ul> <p>【支援のポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・歯ぐきでかみつぶせる固さ (肉団子ぐらいが目安) (写真⑭)</li> <li>・自分で食べやすいような形態のスプーンや差しやすいフォークを使用する．また，手づかみ食などを積極的に行ってもらおう</li> </ul>                     |

(歯の萌出については参考文献<sup>9), 10)</sup>を元に作成)

## ガムトレーニング (ガムカムトレ)の流れ

Check  
Point!!

うまくできているか、ときどき確認しましょう！

- ・かみ始めが「右側」か「左側」かを記録する。いつも同じ側からかみ始めるようであれば、次回からは反対側からかむように指導し、バランスをとるようにする。
- ・何回くらいかめば、ガムの粒々がなくなるかを数え、その回数を記録しておく。トレーニングが進むにつれ、回数が少なくなるかどうかを目安にする。
- ・明らかにかんでいない側（咬筋の動きが悪い側）がある場合は、かむ回数を多くする（例：右側15回、左側5回、など調整する）。



POs-Ca F



- ① ガムを2粒、一度に口に入れる。低年齢児は1粒から実施する(A)。ガムの粒々がなくなるまで咀嚼する。
- ② 左右のこめかみ部にそれぞれ手を当て、まずは、右側の歯列で10回しっかりかむ。次に、左側にガムを移動させ、同じように10回かむ(B)。
- ③ 左右の頬にそれぞれ手を当て、右側の歯列で10回しっかりかむ。次に、左側にガムを移動させ、同じように10回かむ(C)。
- ④ 頭に手を当て、右側で10回しっかりかむ。次に、左側にガムを移動させ、同じように10回かむ(D)。
- ⑤ 舌の上にガムを丸めたら(E)、ガムがFのような形になるように上あごに押しつける。これを5回繰り返す。
- ⑥ もう一度ガムを舌で丸めて、上あごに押しつける。押しつけたまま唾を飲み込む。その場所に舌を押しつけたまま、舌小帯を伸ばすように、口を大きく開ける(G)。これを5回繰り返す。
- ⑦ ガムを舌で丸めて、前歯だけで10回かむ(H, I)。これを5回繰り返す。
- ⑧ ガムを舌で丸めて、上の前歯の唇側に押しつける(J, K)。これを5回繰り返す。

図12 ガムトレーニングの流れ



# 上下顎の正中のずれが 著しいかみ合わせ ～顔が左右非対称の子ども～

土岐 志麻 TOKI Shima  
青森県・とき歯科

## 正中のずれにより、 顔が非対称の子ども

下顎の偏位が著しい場合、顎関節への影響が懸念され、顔貌も非対称になっていきます。上下顎の正中がずれ、どちらかの臼歯部のかみ合わせが反対咬合となっている場合は、うつぶせ寝や頬杖をつくなどの習癖がないかを確認し、その可能性がある場合は改善を試みます(図1)。

上下顎の正中のずれについては原因が不明なことも多く、まずは、食事などがスムーズに摂れているか、顎関節に痛みは生じていないかを確認し、大きな問題があれば歯科矯正科の受診を勧めます。



図1 うつぶせ寝  
下顎を押しつけている

臼歯部の反対咬合では、頬をかみ込む子どもも多く、頬の裂傷や潰瘍を作る状態を繰り返していることがあります。食事をするのも痛いと訴えるため、根本的な治療の前に、臼歯部咬合面にセメントなどを添加して咬合挙上し、頬側の患部を安静に保つ処置を行います(図2)(患部が治ったら添加したセメントは除去し、かみ合わせを正しくする指導を行います)。

また、著しい正中のずれであっても本人が自覚していないことが多いことから、本来の下顎の位置に術者が誘導して正中を合わせ、その部分を意識させるだけでも、顎関節を安静に保つことができます(図3)。

下顎の偏位があっても、かみ合わせが深くなければ上下の正中を合わせる指導を行うことで、かみ方が変わってくることもあります。子どもに鏡を見せながら、「上下の歯の真ん中の線(正中)」を教え、「ここを合わせるようにしてね」と伝えるとよいでしょう。

永久歯列期の著しい正中のずれについては、歯科矯正科を紹介しますが、ずれの程度が軽度で、さらに片側かみが見られるような場合は、均等にかむように指導することで改善が見られることもあります(図4, 5)。

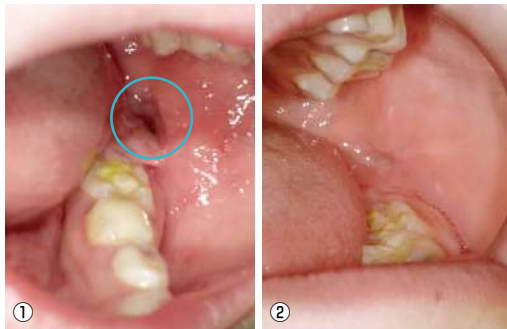


図2 頬のかみ込み

5歳, 男児. 頬をかみ込み食事ができないと他院より紹介来院. 患部の安静をはかるため臼歯部咬合面にセメント添加, 咬合挙上した(①). 頬の傷は治った(②)



図3 著しい交叉咬合

①② 6歳, 男児. 痛みなどはなく本人は特に不便は感じていない. 保護者はいつも顔(下顎)が曲がっていると感じている  
③ 術者が手を添えて, 下顎の正中と上顎の正中を合わせた  
④ 本人も自身の正中を意識するようになった

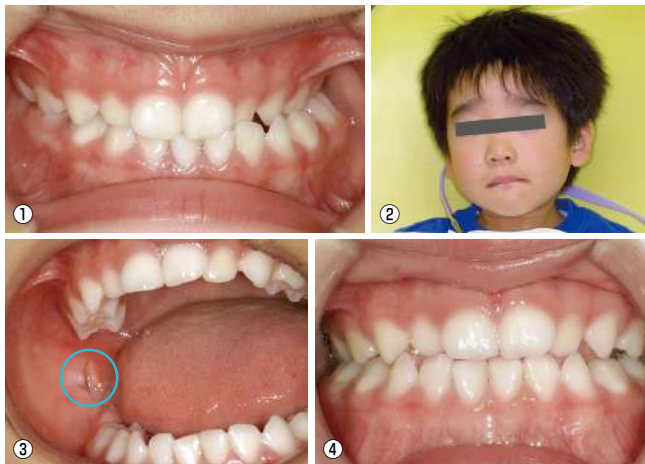


図4 臼歯部の反対咬合

① 5歳, 男児. かみ合わせが浅く, 正中のずれが著しい  
② いつも唇をかんでいる(咬唇癖). 習癖の中止支援を行った  
③ 頬をかみ込むことが多いが食事はとれているということだったので, 咬合挙上のためのセメント添加などは行わない  
④ 自分でも意識して正中を合わせ, かめるようになってきた



図5 下顎の偏位

① 4歳, 男児. 下顎が右側にずれてかんでいる. 左側でもかむように指導  
② 5歳時. 下顎の交換期には上下正中が合っかむようになっている



# 食生活シート

お名前 \_\_\_\_\_

おうちで口に入れた食べ物・飲み物をすべて記入してください。

(ごはんだけではなく、お茶・ジュースなども記入してください)

(給食や、保育園・こども園でのおやつは記入しなくても結構です)

(薬を服用する際、ジュースなどに溶かして飲んだ場合も、記入をお願いします)

年 月 \_\_\_\_\_

| 日(曜日)    | 朝ごはん    | おやつ | 昼食 | おやつ | 夕食 | おやつ | 就寝時間<br>その他 |
|----------|---------|-----|----|-----|----|-----|-------------|
| 日<br>( ) | 時<br>起き |     |    |     |    |     | 時<br>就寝     |
| 日<br>( ) | 時<br>起き |     |    |     |    |     | 時<br>就寝     |
| 日<br>( ) | 時<br>起き |     |    |     |    |     | 時<br>就寝     |
| 日<br>( ) | 時<br>起き |     |    |     |    |     | 時<br>就寝     |
| 日<br>( ) | 時<br>起き |     |    |     |    |     | 時<br>就寝     |
| 日<br>( ) | 時<br>起き |     |    |     |    |     | 時<br>就寝     |
| 日<br>( ) | 時<br>起き |     |    |     |    |     | 時<br>就寝     |