



歯☆ピカクラブ通信⑦月号



今月のテーマは「上唇小帯」(じょうしんしょうたい)についてです。

上唇小帯とは、上唇をめくった時に上の前歯の中央にある三角形のヒダのことです。

この上唇小帯が長いとお子さんの歯並びや普段の歯磨きに悪影響を及ぼすことがあります。



< 歯並びへの影響 >

生まれたばかりの頃はまだ歯が生えていないため上唇小帯は歯茎にしっかりとくっついていて、徐々に成長して顎も成長すると上唇小帯の長さは気にならなくなります。ですがなかには上唇小帯が長いままのお子さんがいます。

長いと目立って来るのは、上の前歯の永久歯が生えそろうてくる小学生の時期です。

まだ上の前歯の永久歯が生えだすのときは、左右が生えていなかったり、奥歯が押してこない関係で、すきっぱです。ですが、徐々に大人の歯が生えそろうてくると、前歯の隙間は埋まってきます。

ですが、成長してもスペースがなかなか埋まらないお子さんがいます。上唇小帯が長く、上の前歯のちょうど真ん中にまで伸びていると、歯が中央に寄ろうとしているのに、邪魔をして、歯の真ん中にスペースをあけてしまいます。

そのため中学生になっても、すきっぱという症状が引き起こされるのです。

< 歯磨きへの悪影響 >

上唇小帯が長いと普段の歯磨きにも影響がでます。上唇小帯は粘膜ですので、歯を磨く時に、歯ブラシがあたると痛みがでます。歯ブラシが当たって痛いので、前歯の部分を磨くのが嫌になり、むし歯リスクが上昇します。上唇小帯は見た目だけでなく、普段の歯磨きにも悪影響を与えてしまうのです。

そうならないために仕上げ磨きをしたいたただく際は、上唇小帯を人差し指の腹で軽く押さえ歯と歯茎の境目を優しく磨いていただくと痛みもないため嫌がることはないでしょう。

寝かせて磨くことで姿勢も安定するため夜の仕上げ磨きではしっかりと時間をかけて磨いてあげましょう！



すきっぱが気になる、上の前歯を磨くときに痛がるという症状がある場合は、早めに歯科検診を受けて、歯科医師に診断してもらいましょう。

