

# 子どもと健康

令和6年4月（第295号）  
子どもの健康を考える会

入所・入園、進級おめでとうございます。

今回の通信は、「子どもに増えている口腔機能発達不全」について、井上歯科 井上 泰子先生にご指導をいただきました。



## 子どもに増えている口腔機能発達不全

~~~~~ お口ポカンになっていませんか？ ~~~~~

「お口ポカン」とはお口が半開きになっている状態ことです。専門的には、「口唇閉鎖不全」と言います。この状態が続くと、口腔健康や全身の健康にさまざまな弊害が生じる可能性があります。以下は、口を半開きにすることがもたらす潜在的な弊害をご紹介します。

- ① **歯並びの問題**： 口を半開きにすることが習慣化すると、歯並びに乱れが生じる可能性があります。特に成長期の子どもたちにおいては、正しい噛み合わせが形成される段階で口を開けっ放しにすることが、歯並びの乱れを引き起こすことがあります。よく見られるケースとして、唇のゆるみのため、前歯の突出（出っ歯）が見られることがあります。
- ② **口腔乾燥**： 口を半開きにすることで、口の中が乾燥し、また唾液の分泌も減ってきます。これによって口の中の自浄作用が低下し、口腔内に汚れが停滞しやすくなります。すると、細菌が繁殖し、口臭やむし歯、歯周病のリスクも高くなるなど、さまざまな悪影響が出てきます。唾液は口腔内の健康を保つためにとても重要であることがわかります。
- ③ **顎関節の問題**： 口を長時間開けていると、顎関節に負担をかけることがあります。長時間の口の開けっ放しは、顎関節症の原因になることがあります。
- ④ **姿勢の悪影響**： 顔の筋肉や頭部の姿勢に影響を与える可能性があります。これが慢性的な悪姿勢の原因となることがあります。
- ⑤ **声の影響**： 発声にも影響を与える可能性があります。特に言語発達の段階にある子供たちにおいて、正しい発音や発声を妨げることがあります。
- ⑥ **全身の影響**： ポカン口の方は口呼吸をしていることが多く、細菌を取り込みやすいことや口腔乾燥で、唾液の減少と免疫機能の低下・風邪やインフルエンザなどの感染症にかかりやすい傾向があります。

お口ポカンが続く場合は、その背後にある要因を理解して、必要であれば歯科医師や言語聴覚士、姿勢改善の専門家などの専門家に相談すると良いでしょう。きっとその子に合ったアドバイスがもらえることでしょう。

井上歯科 井上泰子



岐阜市役所 子ども保育課

TEL：214-7825（ダイヤルイン）

FAX：262-1121

Eメール：[hoiku@city.gifu.gifu.jp](mailto:hoiku@city.gifu.gifu.jp)