

資料

平成16年1月16日

母乳とむし菌—現在の考え方

小児科と小児歯科の保健検討委員会

1. 母乳とむし菌

母乳を飲ませながら寝かせたり、夜泣きのときに母乳を飲ませることは古くから行われていることで、一般の育児書にも記載されている。ところが、母乳を幼児期になっても長く飲んでいるとむし菌になりやすいと言われている。そこで母乳とむし菌との関係について、母乳栄養の子どもになぜむし菌が生じるのか、その原因として母乳そのものが問題なのか、あるいは母乳が子どもの歯に異物として常時付着することが問題なのかなど検討し、寝る前に母乳を与えることの影響を整理して、その正しい指導をまとめておくことが必要である。

母乳には、栄養学的、免疫学的そして精神的、経済面にも利点がある。なかでも母乳の精神的影響についてポリグラフを使った研究では遊び飲みをしながら眠る母乳行動が、子どもの精神的安定には効果があることがわかっている。現在、子育てが理論的に考えられている風潮の中で、母乳を与えることは最も強い親子の結びつきであり、母乳栄養を薦めていきたい。

2. 母乳の飲み方とむし菌の問題

乳幼児は母乳を飲むとき、舌を上顎に押し付けてしごいて飲むので、上の前歯に母乳が付着しやすく、母乳が停滞するから、上の前歯がむし菌になりやすい。下の前歯には母乳が溜まる停留時間は短く、さらに唾液によっても洗い流されるから下の前歯はむし菌になり難い。しかし夜間は唾液の分泌が減少するのでむし菌になりやすい。

基本的には授乳後に毎回歯を磨く状況であれば、夜間に母乳を与えても安心であるけれど、子育ての実際に当たっては難しい。

子育ての現場では、理論（むし菌予防）と実際（子育て）がいつの時代でも平行線をたどり、今日に至っている。乳歯は、やがて生え変わるので子育てを優先

するという考えは小児歯科の立場からは正しくない。乳歯と永久歯は一度に生え変わるわけではないので、乳歯がむし菌になるような悪い口腔内状態では永久歯もやがてむし菌になる可能性が大きいからである。

3. 授乳とむし菌の原因

歯が生えると同時にむし菌の原因菌であるミュータンス連鎖球菌が常在菌として歯の表面で成育し始める。歯をきれいにしておかないと歯の表層のエナメル質表面に食物残渣などの堆積物がたまり、そこに母乳が溜まるとミュータンス連鎖球菌は乳糖を解糖し増殖する。そのときに酸を産生してエナメル質表面に脱灰が生じる。哺乳後、歯をきれいにすると唾液中のカルシウムが脱灰部分に沈着しもとに戻す。これを再石灰化という。このように歯をきれいにすると母乳を与えても日夜、エナメル質表面では脱灰と再石灰化が交互に起こって歯は健康を保っている。ところが哺乳後、歯をきれいにしないで堆積物がたまった状態にしておくで脱灰は再石灰化を上回り、むし菌となる。夜間は唾液の分泌が減少するのでこの傾向をさらに助長する。母乳そのものはむし菌の原因とならないが“お口のケア”が悪いとむし菌になる。

4. 対策

食物残渣が歯の表面に付着しないよう“お口のケア”が大切である。

- *歯が生えたら母乳を与えた後に、指に巻いたガーゼや綿棒で、特に上の前歯を清拭する。歯磨きをさせてくれる1歳過ぎの年齢では、母乳を与える前に歯を磨き、与えた後でガーゼや綿棒で清拭する。歯が磨けなくても口腔内の清拭を心掛ける。
- *口腔内細菌叢の関係でむし菌になりやすい乳幼児が存在する。この診断は小児歯科専門医でないとできないので、1歳以降に母乳を与えている場合は、一度小児歯科を受診し、相談した方がよい。