

資料

おしゃぶりについての考え方

小児科と小児歯科の保健検討委員会代表
前川喜平

はじめに

最近「おしゃぶりは舌や顎の発達を助けて鼻呼吸を促す。」という宣伝文句やフォルダーを付けたファッション性が受けてか、乳幼児におしゃぶりを与えている親が多い。また乳児が泣いたときに泣き止ませる手段としておしゃぶりを使用している母親をよく見かける。小児歯科医は指しゃぶりほどでないが、おしゃぶりを長期に使用すると乳歯の噛み合わせに悪影響を与えると考えている。子どもを育てる母親から見ると便利な育児用品でもある。親子のふれあいが大切な乳幼児期に口を塞いでおいてよいのだろうかという疑問もある。小児科医は胎児も母体内で指しゃぶりしているので、乳児の指しゃぶりは自然の行為であり、それに代わるおしゃぶり行為も当然と理解している。そして言葉を話すようになると自然に取れることが多いので、それほど問題にしていない。こんな背景からおしゃぶりの使用について小児保健の現場で混乱が生じているのも事実である。そこで、小児科と小児歯科の保健検討委員会でおしゃぶりの望ましいあり方について検討を行った。

1. おしゃぶりや指しゃぶりが咬合（噛み合わせ）に及ぼす影響

おしゃぶりや指しゃぶりと乳歯の噛み合わせとの関係を調べるため、米津は1歳6か月児、2歳児、3歳児歯科健康診査に来院した1,120名について調査した。その結果、2歳児では指しゃぶり（吸指群）で出っ歯（上顎前突）がおしゃぶり群で開咬が高頻度にみられ、3歳児ではこの傾向がさらに増大したと報告している。今村らは4~5歳児の小児432名についてお

しゃぶり、指しゃぶりと乳前歯部開咬について調査し、おしゃぶり群は指しゃぶり群より軽度だが、年齢が高くなるまで長期に使用すると乳前歯部が開咬になりやすいという結果を得ている。いずれの調査でもおしゃぶりを長期に使用すると噛み合わせに悪い影響を与えることを示している。

2. おしゃぶりや指しゃぶりは何歳ころまで行われているか。

前述の米津の調査の中の「年齢別にみた各種吸啜行動の発現率」によると、おしゃぶりの使用は3歳になると急激に減少する。これに対し指しゃぶりは4歳ころまで行われている。

3. おしゃぶりの使用年齢と噛み合わせ

おしゃぶりを使用している子どもは、使用していない子どもと比較して上顎前突、開咬および乳歯交叉咬合の発現率が極めて高い。この傾向は1歳6か月、2歳でもみられるが、止めると噛み合わせの異常は改善しやすい。しかし、乳歯が生え揃う2歳半、さらに3歳過ぎまで使用していると噛み合わせの異常が残ってしまう。小児歯科の立場からすると2歳までに止めて欲しい現状では3歳過ぎまで使い続けている子どももいる。

4. おしゃぶりの利点と欠点

明確な根拠はないが、一般的にいわれている歩き始めから2歳過ぎまでのおしゃぶり使用の利点と欠点をまとめてみた。

利点としては精神的安定、簡単に泣き止む、静かになる、入眠がスムーズ、母親の子育てのストレスが減るなどが挙げられる。おしゃぶり

の宣伝に使用されている「鼻呼吸や舌や顎の発達を促進する。」は現時点では学問的に検証されていない。

欠点としては、習慣性となりやすく、長期間使用すると噛み合わせが悪くなる・子どもがどうして泣いているのかを考えないで使用する・あやすのが減る・ことば掛けが減る・ふれあいが減る・発語の機会が減るなどが挙げられる。

5～6か月以降の乳児はなんでも口へもって行ってしゃぶる。これは目と手の協調運動の学習とともに、いろいろなものをしゃぶって形や味、性状を学習しているのである。おしゃぶりを使用していると手で掴んでも口へ持っていくことができず、このような学習の機会が奪われることになる。親の働きかけに対する声出しや、自分からの声出しもできない。おしゃぶりは一度使用すると長時間にわたり使用する傾向があるので、発達に必要なこのような機会が失われることが気になる。しかし、おしゃぶりが愛着形成を阻害するという意見については学問的根拠はない。

噛み合わせの異常は2歳頃までに使用を中止すれば発育とともに改善される。したがっておしゃぶりの害は乳臼歯が生え揃い、開咬や乳臼

歯交叉咬合などの噛み合わせの異常が存続しやすくなる2歳半から3歳過ぎになっても使用している場合といえる。

5. おしゃぶり使用の考え方

おしゃぶりは出来るだけ使用しない方が良いが、もし使用するなら咬合の異常を防ぐために、次の点に留意する。

- ① 発語やことばを覚える1歳過ぎになったら、おしゃぶりのフォルダーを外し、常時使用しないようにする。
- ② 遅くとも2歳半までに使用を中止するようにする。
- ③ おしゃぶりを使用している間も声かけと一緒に遊ぶなどの子どもとのふれあいを大切に、子どもがして欲しいことや、したいことを満足させるように心がける。子育ての手抜きとしての便利性だけでおしゃぶりを使用しないようにする。
- ④ おしゃぶりだけでなく指しゃぶりも習慣づけないようにするには、③の方法を行う。
- ⑤ 4歳以降になってもおしゃぶりが取れない場合は、情緒的な面を考慮してかかりつけの小児科医に相談することを勧める。

小児科と小児歯科の保健検討委員会

代表 前川 喜平

小口 春久

高木 祐三

井上美津子

伊藤 憲春

丸山進一郎

前田 隆秀

巷野 悟郎

松平 隆光

神川 晃

河野 陽一