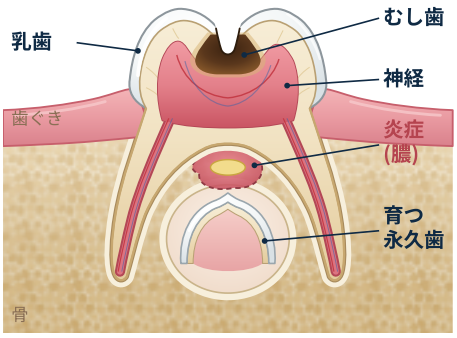
保護者の方へ

乳歯のむし歯は、削るだけではありません。

乳歯の奥歯は、生えかわるまで何年も使います。[1]そのあいだに痛みや腫れが出たり、下で育つ永久歯や歯並びに影響したりすることがあります。[2][3][4]一方で、すぐに全部削るとは限りません。

「どうせ生え変わる」のに治療する理由



乳歯の奥歯の断面(イメージ)。根の下・根の間で、永久歯が育っています

下で育つ永久歯に、影響することがある

むし歯が神経まで進み、根の先に炎症(膿)が広がると、永久歯の育ち方が早まったり遅れたり、形や向きが変わったりすることがあります。[3]表面がうまくできない、茶色の着色、といった例も。[5]すべての子に起きるわけではありません。

歯並びに、影響することがある

奥歯を早く抜くことになると、うしろの6歳臼歯が前に動いて、あとから生える歯の場所が足りなくなることがあります。場所を保つ装置を使うこともあります。[4]

痛みや腫れのもとになる

イギリスの試験では、乳歯の奥歯にむし歯がある3〜7歳の子の**約4割**が、約3年のあいだに痛みか腫れを経験しました。どの方法で治療した子でも、ほぼ同じでした。[2]

治し方は、いくつかあります

むし歯の深さ・生えかわりまでの時間・お子さんの慣れ具合で選びます

進みを止める薬

フッ化ジアンミン銀(サホライド)を塗る。削る治療が難しいときに。塗ったところは黒くなる。[6]

削らずに封じる

むし歯を取りきらずに、上からふさいで進みにくくする。[2]

削ってつめる・かぶせる

乳歯にかぶせた銀歯は、生えかわるときに乳歯と一緒に取れる。[6]

神経の治療

神経まで進んだとき。永久歯の神経には影響しない。できるだけ避けたい治療。[6]

抜く

残せないとき。奥歯なら、あとから生える歯の場所を保つ装置を使うことがある。[4]

どの方法でも、**予防を続けることがセット**です。永久歯に影響が出ないなら、急がないこともあります

「削らない」を調べた試験



イギリスの3〜7歳の1144人を約3年みて、痛みや腫れが起きた子の割合に、はっきりした差はありませんでした。3つとも予防がセット。**「削らない」は「放っておく」ではありません。**[2]

医院から 連絡先はスタンプでもかまいません

電話番号 _____

受付時間 _____

むし歯の歯 _____

治し方 ☐ 進みを止める薬 ☐ 削らずに封じる ☐ つめる・かぶせる ☐ 抜く ☐ 神経の治療 ☐ まず慣れるところから ☐ 様子を見る(生えかわりが近い)

次の来院 ☐ 治療 ☐ 慣れる練習 ☐ 健診　月　日(　)　時　分

参考文献 [1] 日本小児歯科学会. こどもたちの口と歯の質問箱: 小学校低学年(2026年11月閲覧). [2] Innes NP, et al. Child Caries Management: A Randomized Controlled Trial in Dental Practice. J Dent Res. 2020;99(1):36-43. [3] Li L, et al. Impact of primary molars with periapical disease on permanent successors. Heliyon. 2023;9(5):e15854. [4] 日本小児歯科学会. 保隙装置としての統一見解. 2015年2月. [5] 西堀久美, ほか. 小児の乳歯根尖性歯周炎が後継永久歯胚に及ぼす影響 第2報. 小児歯科学雑誌. 1984;22(3):651-660. [6] 日本小児歯科学会. こどもたちの口と歯の質問箱: 3歳〜就学前(2026年11月閲覧).

くわしい説明は記事で

作成: 現役歯科医師(ずぼら歯ラボ)・2026年11月版

医院から別の指示があるときは、そちらを優先してください。無料でお使いいただけます。利用条件は zubora-lab.com/sheets/

治療できない日があっても、無理のない範囲で通い続けて。

まずは、歯科に慣れるところから

歯科治療に慣れていなくて、治療ができないことは、よくあります。無理に治療すると強い怖さが残ることがあると考え、まずは慣れるところから始めることがあります。そのあいだは、進みを止める薬や予防でつなぐことも。**泣くからと行かなくなるより、無理のない範囲で通い続けてください。**

これからのむし歯を防ぐ

乳歯にむし歯があった子は、永久歯もむし歯になりやすいという研究があります。[7][8]むし歯の歯を治すことと同じくらい、むし歯ができにくい習慣を、この時期に作ることが大切です。家でのやり方は、説明シート「仕上げ磨き」にまとめています。

よくある誤解

誤解

「どうせ生え変わるから、治療しなくていい」

生えかわるまでのあいだに、痛みや腫れが出たり、永久歯や歯並びに影響したりすることがあります。[1][2][3][4]急がないことはあっても、見ないままにしてよいわけではありません。

誤解

「痛がっていないから、まだ大丈夫」

乳歯のむし歯は気づきにくく、子どもが痛みを訴えないことも多いため、気づいたときには進んでいることが少なくありません。[6]痛みは、進み具合の目安になりません。

誤解

「園の健診で何も言われなかったから、安心」

園の健診は、短い時間で多くの子を見る、ふるい分けの検査です。回数も年に1〜2回。学会は、歯科医院での定期健診も一緒に受けるよう勧めています。[6]

誤解

「乳歯の神経をとると、永久歯にも影響する」

乳歯と永久歯は、神経も含めて別の歯です。永久歯の神経には影響しません。ただ、神経をとるのはできるだけ避けたい治療です。[6]

受診の目安

すぐに

- **顔やあごが腫れてきた**、熱がある、ぐったりしている → すぐに歯科医院へ
- 夜間や休日でつながらず、**息苦しさやぐったりした様子**があれば救急へ[9]

早めに(無理のない範囲で)

- 歯に**穴がある**、黒い・茶色いところがある
- 冷たいものや甘いもので**しみる**、食べるときに痛がる、片側だけで噛んでいる
- 歯ぐきに、ぷくっと**したできもの**がある

様子を見てよいもの

- 歯科医院で「生えかわりが近いので、様子を見ましょう」と言われたむし歯
- ただし、決められた健診には通う

医院の連絡先(スタンプでも)

メモ

参考文献
[1][6] 日本小児歯科学会. こどもたちの口と歯の質問箱(小学校低学年/3歳〜就学前). [2] Innes NP, et al. J Dent Res. 2020;99(1):36-43. [3] Li L, et al. Heliyon. 2023;9(5):e15854. [4] 日本小児歯科学会. 保隙装置としての統一見解. 2015. [7] Feldens CA, et al. Primary Dentition Caries Patterns as Predictors of Permanent Dentition Caries. Caries Res. 2023;57(2):167-176. [8] Ekbäck G, et al. Eur Arch Paediatr Dent. 2012;13(6):308-311. [9] SDCEP. Management of Acute Dental Problems, 2nd Edition. 2026.

作成: 現役歯科医師(ずぼら歯ラボ)・2026年11月版
医院から別の指示があるときは、そちらを優先してください。無料でお使いいただけます。利用条件は zubora-lab.com/sheets/

くわしい説明は記事で