

小帯に関する全国小児歯科開業医会の考え方

小帯（上唇小帯や舌小帯）について

小児歯科医が赤ちゃんについて受ける相談に、小帯に関することがよくあります。

「健診で小帯が短いと指摘されたのですが、どうすればいいのでしょうか」

「小帯を切るように言われましたが、いつ頃切ればいいのでしょうか」

など、切除するべきかどうか、と、切除するならその時期についての2点に関するものがほとんどです。



お子さんの小帯の状態により、処置の方法や時期は様々で、決して同じではありません。また診察したうえでなければ、対処法や処置の時期を申し上げることはできません。ご心配なら、小児歯科専門医や乳幼児を多く診ておられる歯科医師に、相談されることをお勧めします。

ここでは不安を抱えておられる保護者の方へ、小帯の処置に関する目安の一つとして、また注意していただきたい事柄について、全国小児歯科開業医会の考えを示しておきます。

<上唇小帯の異常による影響として>

- 1) 歯に汚れがたまり、むし歯になりやすい
- 2) 歯並びや咬み合わせに悪い影響を与えることがある
- 3) 母乳をうまく飲めないことがある

<舌小帯短縮症による影響として>

- 1) 飲み食いが上手く行えないことがある
- 2) ことばの発音に支障をきたすことがある
- 3) 母乳をうまく飲めないことがある

1. 上唇小帯異常の場合

小帯がかなり短いと、上あごの発育を抑制することがあり、歯並びに悪い影響を与えることもあります。また上の前歯の間に隙間ができることがあります。

歯磨きがしにくく、汚れがたまりやすくなり、前歯にむし歯ができやすくなります。

歯ブラシをするとき、小帯が傷つきやすく、歯磨きを嫌がることもあります。



上唇小帯の影響で汚れがたまりやすくなり、軽度のむし歯ができています（歯ぐきの際が白く濁って、初期むし歯ができています）



真ん中の歯 2 本を磨こうとすれば、歯ブラシで小帯を傷つけてしまいます。

これも歯磨きをされるのを嫌がる原因の一つです。

上の前歯を磨くときは、乳中切歯（真ん中の歯）を 2 本磨こうとせず、左右それぞれ一本ずつ磨くようにしましょう。そして歯ブラシの動きも、左右に動かすのではなく、小帯の襞（ひだ）に沿って斜めに動かすようにすれば、小帯を傷つけることはありません。

2. 舌小帯短縮症の場合

早期に切除が必要でなければ、発音や歯列に影響が及ぶかどうかを見て、切除が必要かどうかや切除をする時期を決めるようにします。

その理由は、月日の経過とともに、小帯の状態が徐々に改善され、切除の必要が無くなることもあるからです。

ただ、授乳に影響がある場合は、赤ちゃんの成長にかかわるため、早めの処置が必要なことがあります。

早期に切除が必要な場合には、上唇小帯や舌小帯が短いことで、赤ちゃんが母乳をうまく飲むことができないようなケースがあります。

母乳がうまく飲めない場合、母親の乳頭が陥没していたり、扁平であることに原因があることがほとんどです。しかし、母親のほうに問題がなくても、上唇小帯や舌小帯に問題があって、乳首を深くくわえこめなかったり、充分母乳を絞り出せなかったりすることがあります。

このような場合は、赤ちゃんの成長に影響があったり、お母さんにも乳腺炎などの被害が出ることも稀にはあります。

小帯に問題があるとはっきりした時は、切除することも検討します。

授乳期に小帯が短くて心配される場合

舌小帯が短いと、乳首をうまく押し上げられず、母乳が飲みにくいこともあります。飲み続けていると舌小帯が伸びて、授乳に支障が無くなることも多々見受けられます。急いで切除を考えず、助産師さんたちとの連携のもとで、授乳の様子を見てからの判断が望ましいと思われれます。

何とか母乳を飲んでくれていれば、小帯が少しぐらい短くても、あまり気にすることはないでしょう。

上唇小帯が原因で母乳をうまく飲めていないときの、口元の様子を以下の写真で示しておきます。

(異常)



(正常)



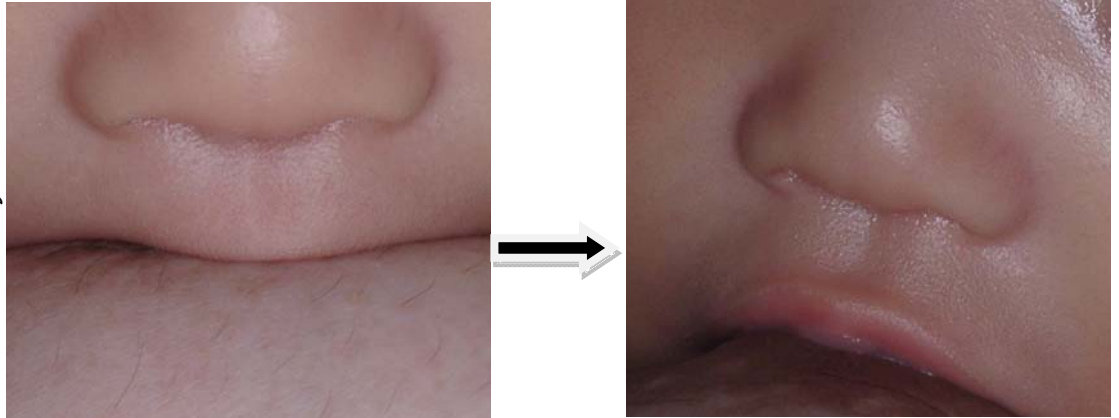
唇はラッパ型になっているか



(異常)

(正常)

赤唇はめくれているか



ある小児歯科医はこのようなケースでも、助産師による母乳の与え方の指導を受けてもらい、それでも授乳がうまくいかない場合などに限り、小帯の切除を行うようにしているとのこと。

上唇小帯や舌小帯が少し短いからといって、必ずしも母乳が飲めないということではありません。助産師や小児歯科医とよく相談して、判断されることをお勧めします。

小帯の処置の方法や処置の時期に対する考え方も、決まったものではないため、相談に乗っていただける小児歯科医とよくお話をされた上で、納得のできる方法を選択して下さい。

言葉の発音について、支障をきたす場合

舌がうまく動かなければ、発音に支障をきたします。しかし日本語は英語などと比べると、舌をまいて発音することが少ないので、支障の程度はやや少なくて済むと思います。

少し発音に問題がある程度で済んでいるのなら、治療に理解もできる年齢まで待つことがよくあります。しかし日本と比べて欧米では、舌小帯が短いと発音しにくいことが多いため、早めに小帯を切除する傾向にあるようです。

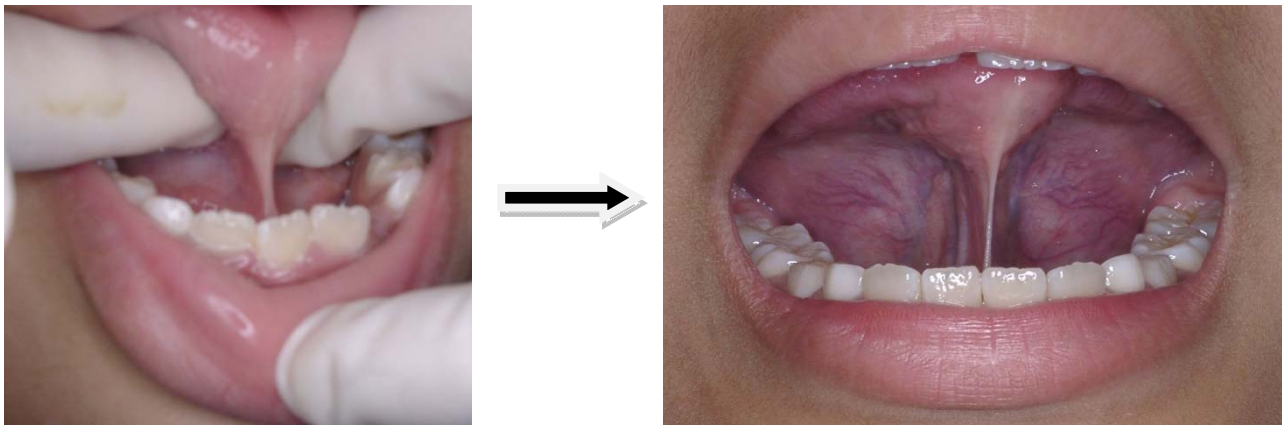
歯並びに関しては、顎の発育への影響や歯列への影響を考えて、処置の方法や時期を決めるようにします。

上唇小帯、舌小帯とも、その処置の方法や時期については、考慮しなければいけないことがたくさんあるため、どの時期に何をする、といったようなことが言えないのが実情です。

小児歯科の担当医とよく相談していただければと思います。

下の写真は、舌の機能訓練を行う前と行った後のものです。

舌小帯が伸び、かなり動きやすくなっていますが、本人の協力と努力が必要になります。



このように、小帯の処置については、その状態やお子さんの年齢また協力度の違いで、方法や時期が異なります。必ず切除しなければいけないとか、切除の必要はないとは決して言い切れるものではありません。ここにお示ししたのは、あくまでも小帯異常の一部です。

舌小帯の切除をしなくても、舌の機能訓練を行うことで、小帯が伸び切除の必要が無くなることもあります。また、舌小帯が短いと、話すときにうまく舌が動かず、滑舌が悪くなることがあります。また物を食べる時、舌が上に持ちあがらないため、食べ物を口の中でうまく回せず、正常な嚥下機能がはたせないこともあります。

心配な方は小児歯科に精通された歯科医師に相談の上、対処されることをお勧めします。

機能訓練をすれば、小帯に改善がみられることも多いのですが、どの歯科医院でも行っているわけではありません。

わたしたちの会では、多くの会員が機能訓練を実施できるよう、努力を続けてまいります。