

離乳完了前のくせ・食形態の問題とアドバイス

問題	アドバイス
□ 口を開けたまま食べる	鼻疾患(鼻呼吸が可能か)の有無を確認してください。食事以外の場面でも口が開いているかを確認し、普段から口輪筋の低緊張により開口している場合は運動訓練を行います。
□ 食べているとき舌が出る、舌の使い方がペチャペチャする	1才を過ぎても哺乳機会が多いとこのような動きが出ることもあるため、卒乳を検討してください。舌筋に刺激を入れて運動を促進する目的で、運動訓練を行います。
□ むせる	食形態や食事姿勢、介助方法が適切かを確認し、修正してください。一口量が多すぎないですか？あまり噛まずに飲み込んでいませんか？飲み込むときに、口が開いていませんか？これらに問題がなく、頻繁にむせている場合は摂食嚥下機能の検査(嚥下造影検査(VF)等)を検討します。
□ 噛まない(丸のみする)、早食い	乳臼歯が未萌出の場合、歯槽堤(はぐきのとっぺん)ですり潰せる固さの食品が提供されているかを確認してください。口腔機能が育っていない場合は食形態を軟らかい物に調整してください。食環境として、早く食べないといけなような状況(急かされる、他のきょうだいなどと取り合いになる)がないか確認し、適切な食環境を整えてあげてください。
□ 肉類など硬いものをなかなか飲み込めない、パサパサしたものを飲み込むのに時間がかかる	乳臼歯が生えているか、かみあわせの状態を確認し、肉類などの線維質の食品が食べることができる口腔内なのかを確認してください。口腔機能に適切な食形態に調整してください。
□ 口に溜めて飲み込まない	乳臼歯が未萌出の場合、歯槽堤ですり潰せる固さの食品が提供されているかを確認してください。口腔機能が育っていない場合は食形態を軟らかい物に調整し、同時に口腔機能発達の促進を図ります。運動訓練や徐々に固い食品に慣れさせていく、等です。食べたくないのに無理やり食べさせるなどの食事の強要がないかを確認してください。
□ 指しゃぶり	生後6ヶ月までは積極的に指しゃぶりをさせましょう。原始反射を消して口腔機能の発達を促します。6ヶ月以降まで続くと歯並びに影響がありますので、おしゃぶりに切り替えましょう。
□ おもちゃ・毛布舐め	口周りに刺激を与えることで、原子反射を消し、乳児嚥下(おっぱいを飲む飲み方)から成熟変化への切り替えをスムーズにします。積極的にさせましょう。歯がため用のグッズを与えることも咀嚼の準備につながります。
□ 食べこぼす	口唇閉鎖不良による場合は、口輪筋等、口腔諸器官の運動訓練を行います。手と口の協調運動による食べこぼしはこの時期は自然なことであるため様子を見ましょう。
□ よだれが多い	この時期の乳幼児はよだれが多いことは問題にならないので、様子を見ましょう。
□ 口の周りに過敏がある	大人の手のひらや指をしっかりと圧迫するように当てると落ち着きます。

離乳完了前の食具・食欲の問題とアドバイス

問題	アドバイス
□ 手づかみしない、できない	汚されたくない、遊び食べはよくないという考えから、手づかみしなくなる場合があります。前歯を使って一口量を把握していくことや、食具食べの基本の動きを学ぶ機会である手づかみ食べは重要ですので、その機会を増やしてください。手の敏感さ(過敏性)がないかを確認してください。過敏性がある場合は感覚遊びを行ってください。
□ 食具を使わない、使えない	食具で食べると時間がかかる、汚れるなどの理由で、保護者が介助してしまっている場合があります。道具の操作にも発達順番があります。スプーン⇒フォークの順番で少しずつ使わせてください。
□ 吐き出す	食形態や介助方法が適切かを確認し、修正してください。口腔機能が原因で食べられず口から出すのか、胃腸系の病気による嘔吐なのかを確認し、後者の可能性があれば小児科に紹介します。口腔機能が原因であれば、適切な食形態に調整してください。
□ 食べることに興味がない、食欲がない、小食	食事の合間に哺乳やジュース類、おやつなどをあたえていないか、そのせいで空腹感がないかを確認し、修正してください。生活時間が不規則な場合は、修正してください。胃腸系の病気がある場合は小児科へ紹介します。もともと小食である場合も考えられますが、栄養状態に影響するほどであれば小児科へ紹介します。
□ 好き嫌いがある、偏食	提供される料理が決まっている、親も好き嫌いが多いなどの影響がないかを確認してください。嫌いなものもなるべく食べられるよう促していくことも大切ですが、感覚過敏性の強い場合は、無理強いしない等、対応に配慮が必要となります。栄養状態に影響するほど病的な偏りが出ている場合は小児科へ紹介します。
□ コップやストローで飲めない	乳児からのストローは、舌を突き出すような嚥下の癖がついてしまいます。そうすると、発音やその後の飲み込みなどに問題がでてしまいます。ストローは3歳以降に使用させましょう。7ヶ月頃からコップのみのトレーニングをしましょう。うまくできないときには、スプーンやレンゲからのすすり飲みの練習を行ってください。1～2カ月もすれば、連続してゴクゴク飲めるようになります。
□ 自分で食べようとしていない	保護者など周囲への甘えが出ている場合があります。家庭環境を考慮して少しずつ自立できるようなかかわりを持ってください。
□ 哺乳ばかりで離乳食を食べたがらない	味覚や感覚の過敏性を確認します。強い場合は専門機関へ紹介します。栄養素が充足しているか評価し、鉄欠乏など過度に問題がある場合は小児科へ紹介します。母乳偏重ではないか、離乳食が安定して提供されているかなどを確認してください。

さいとう歯科クリニック