

お口に影響するくせがある

以下のようなくせはありませんか？

指しゃぶり



舌を前に出す



爪咬み



うつぶせ寝



唇を咬む



ほおづえ



どうなるの？

こういったくせが長時間続くと顔立ちやあごの骨の成長、歯並び、咬み合わせに影響する可能性があります

どうしたらいいの？

1. 無意識にしていることも多いので意識してもらう
2. 別のことに集中させる（体全体を使って楽しく動く）
3. コミュニケーションを増やす
4. 寝る時には手をつなぐ



ストレスや緊張の解消法としてくせが出る子もいるため、無理にやめさせるのは控える

まずは、くせがお口の成長に影響していることを理解してもらう