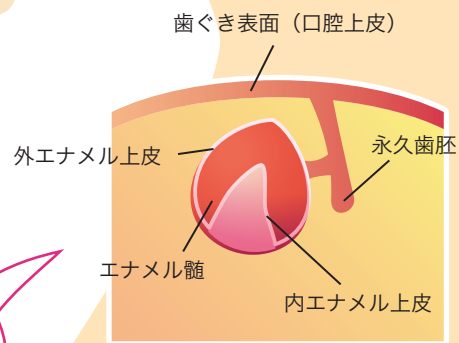


# ” 歯のもと ” はお母さんのおなかの中でできています

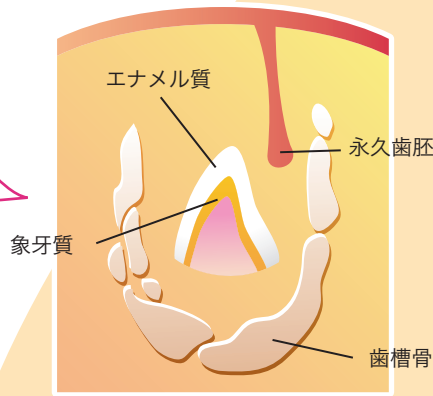
赤ちゃんはお母さんのおなかに宿ったその時から、ものすごいスピードで成長を始めています。歯についていえば、赤ちゃんの「歯のもと」である歯胚（しはい）が作られ始めるのは、お母さんの体内にいる時、およそ妊娠6～7週頃といわれています。



胎生4ヶ月頃（組織・形態分化期）

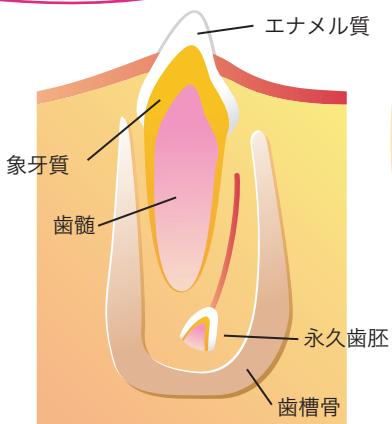
妊娠4ヶ月頃から歯胚の外側を包むように、「エナメル質」という歯の一番外側になる部分と、その内側の部分「象牙質」が作られます。

その後、歯の根元となる歯根（しこん）その内側に神経となる歯髄（しずい）歯を支える歯槽骨（しそうこつ）といった歯の土台となる組織が作られます。



胎生7ヶ月（石灰化期）

個人差はありますが、生後6～7ヶ月頃から歯が生え始めます。



生後6～8ヶ月（萌出期）

この後、3歳頃には全ての乳歯が生え揃います



**お母さんの食事が赤ちゃんの健康な歯を育てます。**

赤ちゃんの歯を作るために特に必要な栄養素として挙げられるのが、カルシウムやリンなどのミネラル分。胎盤が完成し、胎児と母体が臍帯でつながるようになる4～5カ月ごろに胎児の歯の発育はどんどん進んでゆきます。この時期にお母さんの栄養状態が悪いと、赤ちゃんの歯が弱くなったりムシ歯ができやすくなると考えられます。特にカルシウムは歯の石灰化を助け、健康で丈夫な強い歯をつくります。

