

아기의 첫 번째 치아는 흥분되는 일입니다!

대부분의 아기들이 생후 4개월과 7개월 사이에 첫 번째 치아가 올라옵니다. 몇몇 아기들은 첫 번째 생일까지 이가 나지 않습니다! 이가 나는 시기에 대해 걱정할 필요가 없습니다. 만 3세경, 대부분의 유아들이 20개의 전체 치아를 갖게 됩니다.

생치통이 걱정스러울 수 있습니다. 이러한 간단한 요령이 잇몸 통증을 완화시키고, 또한 아기의 진주 같이 하얀 치아를 관리하는 데 도움이 될 수 있습니다.

생치의 징후 관찰

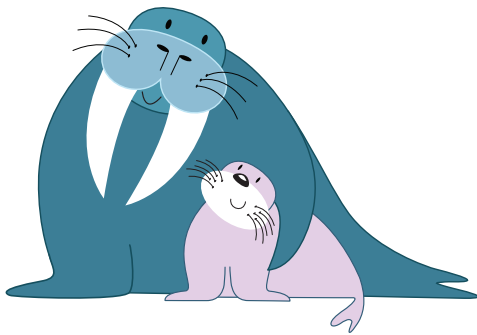
첫 번째 치아가 나기 몇 주 전에, 일부 아기들은 다음의 징후를 경험할 수 있습니다.

- 약간 짜증을 냄
- 침 흘리기
- 딱딱한 것을 씹고 싶어함
- 부풀어 오르고 빨간 잇몸 - 특히 보통 치아가 가장 먼저 올라오는 입의 앞쪽 부분

일부 아기들은 이가 날 때 약간 열이 납니다. 그러나 고열(화씨 101도 이상)과 설사는 생치 때문이 아닙니다. 아기가 고열 또는 설사를 경험하는 경우, 의사에게 전화하십시오.

잇몸 통증 완화를 위한 요령

- **약간의 압박을 사용합니다.** 이는 새로운 치아가 부드러운 잇몸을 뚫고 나오도록 도와 통증을 완화시켜 줍니다.
 - 손가락 또는 젖은 손수건으로 아기의 잇몸을 부드럽게 문질러 줍니다.
 - 단단한 고무로 만든 고리 모양의 치발기 또는 고무 젓꼭지를 줍니다. 액체로 채워진 고리 장난감은 쉽게 부서질 수 있으므로, 사용하지 마십시오.
- **이러한 물품을 차갑게 냉장시킵니다.** 이는 통증과 부종에 도움이 될 수 있습니다.
 - 고리 모양의 치발기, 고무 젓꼭지 또는 젖은 손수건을 차갑게 냉장시키지만, 완전히 냉동시키지 마십시오. 너무 딱딱한 것은 아기의 잇몸에 상처를 낼 수 있습니다.
 - 아기에게 안전한 그물망에 넣어 냉동시킨 과일 조각들을 줍니다.
- **진통제를 사용합니다.** 아기가 매우 불편할 때, 이는 생치통을 완화시킬 수 있습니다.
 - 소아과 의사들은 생치통에 아세트아미노펜(예, Infants' **TYLENOL**®)을 권장합니다. 만 2세 미만의 유아 투여량은 의사에 문의합니다. 생후 6개월 이상의 아기들에게 이부프로펜(예, Infants' **MOTRIN**®)이 또한 권장될 수 있습니다.
 - 2세 미만의 아기에게 문질러 바르는 생치 젤 또는 액체 사용은 피합니다. 이러한 다수의 약물들이 어린 아기들에 위험한 부작용을 초래할 수 있는 성분인 벤조카인을 함유합니다.
 - 아기의 잇몸을 무감각하게 만드는 액체는 절대 사용하지 마십시오.



아기 치아 관리 방법

미국치과협회(American Dental Association, ADA)의 권장사항은 다음과 같습니다.

- 아기의 첫 번째 치아가 나기 시작하자마자, 매 수유 후 부드러운 아기용 **칫솔**을 물에 적셔 사용합니다.
- **불소치약을 언제 사용하는지 치과 의사에게 문의하십시오.** 대부분의 경우, 자녀가 만 2세가 될 때까지 기다려야 합니다. 불소가 첨가된 물을 자녀가 거의 마시지 않는 경우, 치과 의사가 이를 보다 빨리 사용하도록 제안할 수 있습니다. 또는 치과 의사가 충치로부터 치아를 보호하기 위해 일일 용량의 불소를 처방할 수 있습니다.
- 두 개의 치아가 나란히 있으면, 하루에 한 번 **치실 청소**를 시작하십시오.
- 첫 번째 생일 즈음 아기의 **첫 번째 치과 의사 진료**를 예약하십시오.



무료 Kids' Wellness Tracker 다운받기

자녀의 신장, 체중, BMI, 백신, 증상, 약을 기록하고 투여량을 계산합니다.

McNEIL-PPC, Inc.의 McNeil 소비자 의료서비스부가 제공하는 건강 요령, Children's **TYLENOL**® 및 Children's **MOTRIN**® 제조사



App Store는 Apple Inc.의 서비스 마크입니다. Google Play는 Google Inc.의 상표입니다. 표준 다운로드 요금이 적용될 수 있습니다.