

월령별 구강관리 차트

첫니 전부터 35개월 · 발달 속도와 치아 나는 시기는 아이마다 달라요.

출생~첫니 전	집에서 목욕 시간에 깨끗한 거즈나 부드러운 천으로 잇몸을 가볍게 만져 입안 돌봄에 익숙해져요. 확인 수유 뒤 입 주변을 닦고, 단 음료를 물 대신 주지 않아요.
첫니~12개월	집에서 첫니가 보이면 작은 머리·부드러운 모의 칫솔로 보호자가 하루 두 번, 특히 잠들기 전에 닦아요. 확인 첫니 뒤 6개월 안, 늦어도 첫돌 무렵 첫 치과 방문을 계획해요.
12~17개월	집에서 앞니의 앞뒤와 잇몸 경계를 짧고 부드럽게 닦고, 아이가 잡아 본 뒤 보호자가 마무리해요. 확인 젖병·수유를 물고 잠드는 습관은 의료진·치과의사와 상의해 바꿔요.
18~29개월	집에서 어금니 씹는 면까지 확인하고 보호자가 직접 마무리해요. 확인 국가 영유아 구강검진 1차 시기예요. 통증이나 반점은 검진일까지 기다리지 않아요.
30~35개월	집에서 아이에게 뽀기과 칫솔 정리를 보여 주되 치약은 보호자가 관리해요. 확인 국가 영유아 구강검진 2차는 30~41개월이에요.

불소 치약·불소 도포 등 불소 관련 선택은 아이의 나이, 삼키는 능력, 충치 위험을 확인해 치과의사와 상담하세요.

월령별 구강관리 차트

36개월부터 7세 · 발달 속도와 치아 나는 시기는 아이마다 달라요.

36~41개월	집에서아이 스스로 먼저 닦고 보호자가 치아 안쪽·어금니·잇몸 경계를 마무리해요. 확인간식 시간과 횟수를 정하고 목이 마르면 물을 먼저 권해요.
42~53개월	집에서거울 앞에서 순서를 정해 빠진 곳 없이 닦는 습관을 만들어요. 확인국가 영유아 구강검진 3차 시기예요.
54~65개월	집에서흔들리는 유치와 새로 나는 어금니 주변을 아프지 않게 세심히 닦아요. 확인국가 영유아 구강검진 4차 시기예요.
66개월~7세	집에서아이가 닦아도 보호자가 밤 마무리 닦기와 치아 사이 음식을 여부를 확인해요. 확인영구치가 나기 시작하면 정기 검진 간격과 예방관리를 치과에서 상담해요.

다음 치과 예약 ____년 ____월 ____일 확인할 점 _____

불소 치약·불소 도포 등 불소 관련 선택은 아이의 나이, 삼키는 능력, 충치 위험을 확인해 치과의사와 상담하세요.

참고 원천: 국민건강보험공단 영유아 구강검진, 미국소아치과학회 유아기 우식 예방 · 검토일 2026-07

가정·교육 현장에서 비상업적 목적으로 인쇄해 사용할 수 있습니다.