

むし歯の差



お話しいただいたのは
近藤 嘉人 院長

「せんせー、こないだテレビで『むし歯になりやすい人となりにくい人の差』をやったよ。3才までにキスとかスプーンでむし歯菌がうつたらむし歯になりやすいんだって！」

「たしかに、歯がはえていない赤ちゃんの口の中には、むし歯をつくるミュータンス菌はいなくて、歯がすみつく場所になる歯が生えてくると見つかるね。」

「やっぱり、おはしやスプーンを別にして歯を口の中に入れてなかったらむし歯にならないの？」

「ミュータンス菌もそうだけど、歯は食べものとかおもちゃとか、いろんなものについているから、どんなに気をつけても入ってくるんだ。でも、口の中にいろんな菌がいるのは、大切なことなんだよ。」

「どういうこと？」

「いろんな菌が働いてくれるから、食べたごはんから栄養がつけられたり、他の菌がすみつけなくなったりして、健康なカラダでいられるんだ。口内フローラとってお花畑だとえらわれているね。」

「なんとかフローラってきいたことある！」

「腸内フローラもおなじで、ひとも動物も菌がカラダにいないと生きていけないんだよ。善玉菌、悪玉菌、なものしない菌のバランスが大事なんだ。むし歯菌は菌を溶かすから悪玉菌だね。でも増

やさなければ大丈夫。むし歯がない人の口の中にもミュータンス菌は見つかるけど、数が少ないからむし歯になっていないんだよ。」

「どうすればふえないようにできるの？」

「まず、食べかすを歯にのこさないこと。歯みがき剤をつけてもよこれが浮き上がるわけじゃないから、しつかりこすり取るのが大事なんだ。歯ブラシだけでなくて、フロスという歯みがき糸も使うと安心だよ。それから、はやめに予防することだね。こないだ1才のおとうとにフッ素をしたでしょ。」

「そういえば、ダエキでも差がつくっていった。食事のまえにほっぺのまわりをぐるぐる押ししてダエキを出すといいんだって。」

「それもいいけど、もつとおすすめがあるよ。テレビを消しているんなおは

なしをしながら食べる

と、咬む回数が増えると、唾液も増えるし、口のまわりの筋肉がよく動くから、あたまの血の流れも増えて、とてもいいんだよ。」

「へえー、そうなの。じゃあ、いっぱい咬んでごはんたべて宿題したら、早く終わるかな？」

「野菜をさきに食べたなら、ごはんのあとで眠くならないそうだから、それもやってみたら？」

「えー、葉っぱあまり好きじゃないんだけど…」



情報クリップ

こどもの歯科 待合室に図鑑コーナーができました。まず保護者の方が手に取っていただけるように、ちよつと大人向けの図鑑をそろえました。また、絵本を楽しむ「元氣わくわくおはなし会」を今月も開催します。

医療法人 元氣が湧く
こどもの歯科

診療科目 小児歯科・矯正歯科

診療時間 ●診療時間 9:00~18:30
●昼休み 平日 12:30~14:00
土日 13:00~14:30
●休診 火曜・祝日(土日診療)

院長経歴 H2 九州大学歯学部卒業 九州大学歯科矯正学講座入局
H8 日本矯正歯科学会認定医取得 小児歯科は専ら勤務
H19 こどもの歯科に名称変更 院長に就任

福岡市南区大橋3-2-1 大橋プラザ2F
〈市営 大橋駐車場をご利用ください〉

☎092(551)8080

ホームページ <http://kodomonoshika.com/>

