

甘い誘惑



お話いただいたのは
近藤 嘉人 院長

ルーツジュースや炭酸飲料を飲んだ時も、最後はお茶でお口の中を洗うのが安心だよ」「ふうん、とにかくお茶を飲めばいいのね。今からね、男の子の家まで車で送ってもらって、チョコを手渡しするの。4軒行くんだよ」「がんばってね！」

(実話です)

「あのねえ、こんどのバレンタインはじぶんでチョコつくったんだよ」「へえ、すごいね。どういうふうにしたの?」「チョコを溶かして、型にながしてかためたの。いろんなチョコをまぜることもできるよ。ドライヤー使うからあぶなくないんだ。弟もチョコ割るの手伝ってくれたんだよ」「そう、それは楽しそうだね。つまみぐいしたんじゃない?」「わたしはしてないけど、弟がパクパクたべて、むし菌になるよってママにしかられてた」「ハハ、チョコ食べたらすぐにむし菌ができるわけじゃないんだけどね。砂糖や果物が菌にくっついていて時間が長くなると、菌が溶け始めるんだよ。だいたい10分くらいかな。そうなる前に洗い流せるといいんだけどね。チョコはわりと流れるけど、キャラメルは菌にベタベタくっついてなかなか取れないでしょ。だからむし菌をいちばん心配しないといけないのはキャラメルだね」「そうなんだ。ママはすぐにお茶のませせてた」

「それなら大丈夫じゃないかな。ツパで自然に洗われるけど、お水やお茶を含んでゆすぐほうがもつといいからね。」

たとえば緑茶にはカテキンという抗菌作用がある成分が入って

いるし、ウーロン茶にはポリフェノールという菌の汚れ・プラークをできにくくする成分が入っているし、すべてのお茶にはフッ素という歯を強くする成分や、ミネラルというお口の中をアルカリ性にしてくれる成分が入っているから、むし菌対策にはお水よりもお茶のほうがおススメだよ」

「アルカリってなんかで聞いたような…あつすこし白いやつでしょ? かせひいたときいつばい飲んだよ」

「スポーツ飲料のことだね。アルカリイオン飲料ともいわれているけど、それは消化されたあとの作用のこと、菌にとっては飲みやすくするために入れている砂糖が問題なんだ。ステビアなど、砂糖でない甘味料ならいいんだけどね。フ

情報クリップ

待合室で絵本を楽しむ「元気わくわくおはなし会」を今月も開きます。診療室と図書館がならんでいるペンギン通りを入ってすぐのピブリオラボでは、月替わりで特集展示を開いています。いずれもホームページでご確認ください。

医療法人 元気が湧く
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
H9 日本矯正歯科学会認定医取得 小児歯科はまの勤務
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/>

