

むし歯の4条件って？



「くまさ〜ん、あのね、このまえのおはなしをね、おうちでしたんだ。え〜つと、おうちにもおなかにもおはなばたけがあつて、いろんなばいきんがはいつてくるけど、わるいやつをふやさなければいいんでしょ〜！」

「そのとおり！わるいやつをふやさないために、むし歯の4条件『むし歯菌』『糖分』『時間』『歯』について説明するね」

◆むし歯菌

「『むし歯菌』が口の中の『糖分』を使って『時間』をかけて酸をつくり『歯』が溶ける、それがむし歯なんだ。現実として『むし歯菌』が全く口の中に入らないようにはできないけど、大量に入らないように、他の人が噛んだ食べ物や赤ちゃんの口の中に入れないようにしようね」

◆糖分

「『糖分』は酸の材料だけど、『むし歯菌』が増えることにも大きく関わっているんだ。『むし歯菌』は砂糖や果糖を分解して、不溶性グルカンというネバネバ物質をつくり、歯の表面に付着して他の細菌も巻き込んだ集落、プラーク（歯垢）をつくるんだけど、その中は糖分もあるし、唾液の洗浄作用も及ばないから、どんどん酸がつくられて歯が脱灰するんだ」

「こわっ〜！」



お話しいただいたのは
近藤 嘉人 院長

「大切な栄養源だから糖分を摂らないわけにはいかないけど、長く口の中に停滞しなければ大丈夫だよ」

◆時間

「たべたあとはみがきただらだめってテレビでいってたけど、ほんと？」

「それは、プラークが関わらない酸蝕症と混同されているね。酸ができるまでにプラークをはがすか、プラークをつくらせないように、早めに口の中をゆすぐか、歯磨きをするべきだよ」

◆歯

「あとは『歯』だけど、これがむし歯の予防にとっても大切なんだ。奥歯の溝を埋めて汚れにくい形にすること、定期的にフッ素を浸み込ませて歯を丈夫にすること、このふたつ

がむし歯予防に最も効果があるという、エビデンスにもとづいた検証結果が報告されていたよ。どちらも歯科医院でおこなえることだね」

◆むし歯の輪

「むし歯の条件を円にして、その4つが重なる時にむし歯ができると説明したけど、円の大きさは年齢、状況により違うし、生活習慣を見直して円を小さくすることもできるんだ。歯科医院でアドバイスを受けるから、歯が生えてくる前でも、さらにいえば、産まれる前でも、受診するといいいね」



情報クリップ

待合室で絵本を楽しむ「元氣わくわくおはなし会」を今月も開きます。なお、4月のみ診療日に変更があります。どちらも、受付までお問い合わせください。ホームページでもご確認ください。

医療法人 元氣が湧く
こどもの歯科

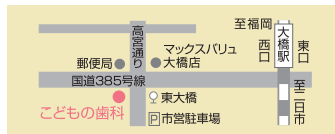
- 診療科目 小児歯科・矯正歯科
診療時間 ●診療時間 9:00~18:30
●昼休み 平日12:30~14:00
土日13:00~14:30
●休診 火曜・祝日(土日診療)

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在席
H8 日本矯正歯科学会認定取得 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/>



至福岡

東口

大橋駅

西口

至日市

マックス/パルコ

●大橋店

郵便局

●大橋店

国道385号線

●東大橋

●市営駐車場

こどもの歯科