



歯っぴーだより

H24.5月号

担当: 歯科衛生士 篠原

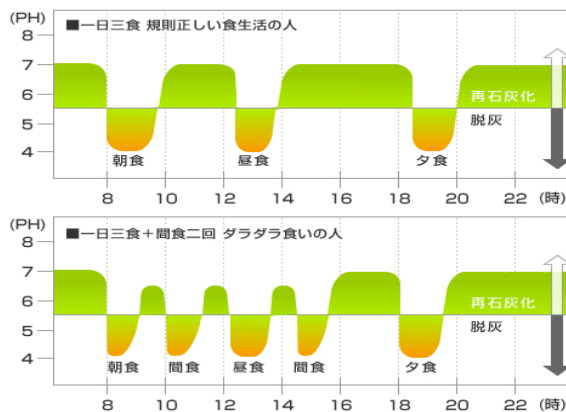
「虫歯になりやすい人 なりにくい人②」

今月号では、虫歯との深い関わりのある、**唾液と間食の回数**についてお話しさせていただきます。

食事をすると、虫歯菌は糖を材料に酸を出し歯を溶かしはじめます。(これが虫歯のはじまりで**脱灰**といいます。) 🤢🤢🤢

唾液の成分には脱灰した部分を修復(**再石灰化**)してくれる作用があります。(唾液の**緩衝能**)この唾液の緩衝能の強さに個人差がありますので、ここで虫歯になりやすい人、なりにくい人に分かります。食べていない時に歯は唾液によって修復されます。

次の図を見てください。歯の脱灰と再石灰化のバランスが崩れることで虫歯はつくられてしまうのです！



ダラダラ食べていると脱灰している頻度が多くなり、虫歯になりやすくなります！

また、唾液には歯についた汚れを洗い流してくれる作用もありますので、**唾液の量**も非常に大事になります。

以上、唾液に関してのまとめです。

- ①唾液の緩衝能の個人差により、虫歯のなりやすさは変わる。
- ②唾液の量に関しても、虫歯のなりやすさは変わる。
- ③ダラダラ食べていると唾液の修復が追いつかず虫歯になりやすい。

4. 5 月号では虫歯になりやすい人、なりにくい人に関して書かせて頂きました。来月号はそれぞれのリスクへの対処法に關しましてお伝えいたします(^^)



なか歯科クリニック

〒177-0033

TEL 03-6913-3805

FAX 03-6913-3806

練馬区高野台 1-8-18TMビル 1F

平日 10:00~13:00 14:30~20:00

土日 10:00~13:00 14:30~18:00

休診日 木・祝 訪問診療随時受付