

歯っぴー通信 No.1

2013年7月発行 大津市木戸 中村歯科医院

なぜ虫歯になってしまうの？

虫歯の原因はプラーク（歯垢）と呼ばれる細菌です。この細菌が飲食物の中の糖を摂取・分解して酸を作ります。健康で虫歯のない口の中は唾液の働きで中性に保たれていますが、プラークが生み出した酸によって口の中は中性から酸性へと傾いてしまいます。しかし、プラークがあってもすぐに虫歯になるわけではありません。唾液によって口の中が中性に戻ると、歯は再石灰化と言って修復されます。つまり、酸性の状態が長く続くと虫歯になってしまうのです。



はじめまして。中村歯科医院のキャラクター「はいじくん」です！！
名前の由来は「歯維持」です。
よろしくお願ひします(^^)

8020運動を知っていますか？

8020は“ハチ・マル・ニイ・マル”と読み、8020運動とは「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動です。平成元年、厚生省（現・厚生労働省）と日本歯科医師会が提唱し、自治体や企業、そして広く国民に呼びかけてきました。なぜ20本という数字を掲げたのかというと、少なくとも20本以上自分の歯があれば、ほとんどの食物を噛みくだくことができ、おいしく食べられるからです。次号から年代別のライフステージにあった予防とケアについて連載していきます。

おすすめ商品

キシリトールガム ¥950

（クリアミント・アップルミント・マスカット）



ガムを噛むことで唾液の分泌を促進します。また、キシリトールと呼ばれる天然の甘味料は、虫歯の原因となる酸を作りません。歯科専用のキシリトールガムなので、キシリトール100%です！！