

むし歯のメカニズム

●エナメル質が溶ける『脱灰作用』

私たちの口の中には様々な細菌が棲んでいます。むし歯の原因菌『ストレプトコッカスミュータンス』もそれらの一種です。

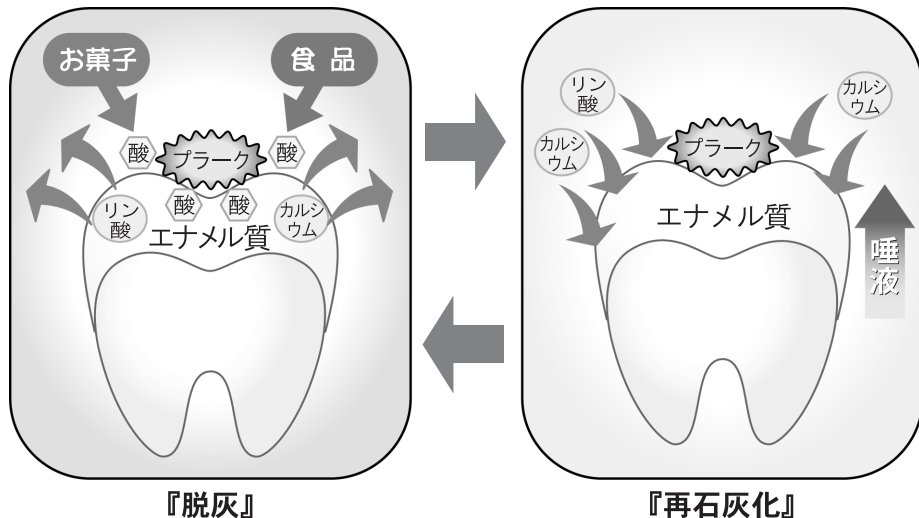
ミュータンス菌は、主として炭水化物や砂糖を原料としてネバネバした水には溶けない物質を作り、その中で酸を産出します。これが歯の表面につくプラークです。

酸によって、エナメル質からはカルシウムやリンがどんどん溶け出す『脱灰』（だっかい）が起こりますが、これがむし歯の始まりです。

●エナメル質を修復する『再石灰化作用』

食後しばらくすると食べ物が口に入ってきたことで酸性に傾いたお口の中は、唾液のもつ中和する働き（緩衝能）によって徐々にpHが元に戻ります。さらに唾液の中に含まれているエナメル質と同じ成分であるカルシウムやリンが、歯の表面に戻ってきます（『再石灰化』）。これで脱灰が修復されます。

お口の中では食事をする度に『脱灰』と『再石灰化』が行われます。この二つの作用のバランスが崩れ、脱灰の方向に傾けばむし歯が進行します。むし歯を防ぐためには、規則的な食事習慣によってお口の中を酸性にする回数をできるだけ減らし、フッ素を活用して再石灰化を促進させます。



KOMIYA DENTAL NEWSLETTER

8 2007年 月号



暑い日が続きます。体調管理に気をつけて下さい。

そんな日には、水分補給は欠かせません。水だけだと身体のイオンが不足してしまうため、それを補うための各種スポーツドリンクが数多く出回っています。しかし、むし歯の原因となる砂糖（＝スクロース＝ショ糖）、加糖液糖、ブドウ糖などを含む製品が多いのも実情で、知らずに飲んでいる人も多いでしょう。甘くても、糖アルコール類（キシリトール・マルチトール・ソルビトール等）は、酸を作り出しません。「カロリーオフ」「シュガーレス」等の製品なら糖質は少なめです。CMなどに流されず、しっかり内容表示を見て購入する必要があります。

お子さん達が夏休み中は、予約もぎっしり入っています。お一人に30分以上時間を確保している当院にとって、ご連絡のないキャンセルは非常に困ります。度重なる場合は、通院・診療をお断りさせていただく事もあります。キャンセルされる方は、必ず事前のご連絡をお願い致します。

毎月保険証の提示に御協力頂きありがとうございます。
このニュースレターは当院のオリジナルで毎月発行しています。

診療日
変更の
お知らせ

● 8月11日(土)午後～16日(木)休診です

乙みや歯科

☎ 03-5699-8888

〒125-0041 葛飾区東金町1-45-2 ハヤシ駅前ビル2F

「インターネット予約確認サービス URL」 <http://www.dent-s.net/komiya/>

ホームページアドレス <http://www.wahaha.gr.jp> E-mail dental@wahaha.gr.jp